



**Diana Micaela  
Veríssimo Coelho**

**O PROCESSO DE LUTO EM MULHERES IDOSAS  
VIÚVAS INSTITUCIONALIZADAS E A CIF: UM  
ESTUDO EXPLORATÓRIO**



**Diana Micaela  
Veríssimo Coelho**

## **O PROCESSO DE LUTO EM MULHERES IDOSAS VIÚVAS INSTITUCIONALIZADAS E A CIF: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO**

Dissertação apresentada à Universidade de Aveiro para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Gerontologia, especialização em Intervenção Comunitária, realizada sob a orientação científica da Professora Doutora Margarida de Melo Cerqueira, Professora Adjunta da Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro, e do Professor Doutor José Eduardo da Silva Campos Rebelo, Professor Auxiliar com Agregação do Departamento de Biologia da Universidade de Aveiro.

Aos meus pais e à minha irmã.

## **o júri**

Presidente

Prof. Doutora Maria da Piedade Brandão  
Professora Adjunta da Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro

Arguente

Prof. Doutor António José Feliciano Barbosa  
Professor Associado com Agregação da Faculdade de Medicina da  
Universidade de Lisboa

Orientadora

Prof. Doutora Margarida de Melo Cerqueira  
Professora Adjunta da Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro

## **agradecimentos**

Aos orientadores científicos Professora Doutora Margarida Cerqueira e Professor Doutor José Eduardo Rebelo, pelo apoio, disponibilidade e orientação.

A todas as instituições, pela colaboração prestada na participação do estudo.

Às participantes, pela disponibilidade e pelos bons momentos que me proporcionaram.

Agradeço às minha companheiras desta última etapa, Margarida e Vanessa, pelo apoio e carinho.

Aos meus amigos, pela presença, incentivo e preocupação.

À minha família por estar sempre presente na minha vida, um obrigada especial ao meu primo Ricardo.

À minha irmã, pela presença e incentivo para a realização dos meus objetivos.

Aos meus pais, pelo apoio constante, paciência e esforço para que conseguisse chegar até aqui.

A todos, o meu agradecimento.

## palavras-chave

Processo de luto; mulheres viúvas institucionalizadas; Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF)

## resumo

**Introdução:** O progressivo envelhecimento demográfico é um fenómeno marcante na sociedade. Ao aumento da longevidade está associado um maior número de mulheres viúvas. O conceito de luto por perda do cônjuge é entendido como a reação perante a perda do companheiro de vida. Constitui um acontecimento marcado por consequências emocionais, físicas e sociais. O processo de luto constitui-se como uma experiência individual necessária para a superação do luto. **Objetivos:** Este estudo visa explorar a relação entre o processo de superação do luto por perda do cônjuge em mulheres idosas e a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF). **Metodologia:** Estudo de natureza exploratória, transversal e descritiva, com recurso à abordagem qualitativa e ao método de análise de conteúdo. A amostra é constituída por 14 mulheres viúvas institucionalizadas com idade igual ou superior a 65 anos, que vivenciaram (ou vivenciam) o processo de luto. Utilizaram-se como instrumentos um questionário sociodemográfico, Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental – 10 itens, Inventário de Luto Complicado (ILC) e uma entrevista semiestruturada sobre o processo vivencial do luto. Para o tratamento dos dados utilizou-se a análise de conteúdo através do referencial CIF. **Resultados:** Os componentes mais referenciados foram 'Atividades e Participação' e 'Fatores Ambientais', sendo 'Funções do Corpo' e a classificação 'nd' (não definível) os que apresentaram uma menor frequência. O componente 'Estruturas do Corpo' não foi referenciado. **Conclusões:** Espera-se que o presente estudo contribua para a realização de futuras investigações desta natureza, nomeadamente na fase inicial da criação de um *core set* no âmbito do luto, assim como para o desenvolvimento de intervenções direcionadas às pessoas idosas enlutadas.

## keywords

Bereavement; Elderly widows institutionalized; International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) .

## abstract

**Introduction:** The demographic ageing is remarkable in our society. The increasing lifespan is associated with a higher number of widows. The concept of bereavement for spouse's death refers to the reaction of facing spouse's loss. It has emotional, physical and social consequences and is essential to overcome the loss. Then, social support appears to have a key role to adjustment and should make possible an environment of participation and autonomy, having in account the specific widows' needs. **Objectives:** This study aims to explore the relation between the overcoming process of grief for the loss of a spouse in older women and the International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). **Methodology:** This is an exploratory research, transversal and descriptive, using a qualitative approach and method of content analysis. The sampling includes fourteen institutionalized elderly widows aged sixty five years or over, who experienced (or experience) the grieving process. The data was collected using a sociodemographic questionnaire, Short Portable Mental Status Questionnaire - 10 item, Inventory of Complicated Grief (ILC) and a semi-structured interview about the experiential process of mourning. For data treatment was used the content analysis through the ICF reference. **Results:** The most referenced components were 'Activities and Participation' and 'Environmental Factors', and 'Body Functions' and classification 'nd' (not definable) were the ones with a lower frequency. The 'Body Structures' component was not referenced. **Conclusions:** It is expected that this research will contribute to future studies of this kind, particularly in the early stages of creating a core set in the context of mourning, as well as for the development of interventions directed to bereaved elderly people.





## Índice

INTRODUÇÃO.....	15
Parte I - Enquadramento Teórico .....	17
I CAPÍTULO – PROCESSO DE SUPERAÇÃO DO LUTO .....	19
1.    Conceito de luto.....	19
1.1.    Definição, tipos de perdas, desvinculação .....	19
1.2.    Luto normal .....	20
1.2.1. Manifestações do processo de luto: sintomas psíquicos e somáticos.....	21
1.3.    Luto complicado .....	22
1.3.1. Manifestações do processo de luto complicado: sintomas psíquicos e somáticos.....	22
1.4.    Intervenção especializada no processo de luto .....	23
1.5.    Modelos teóricos de superação do processo de luto .....	24
1.5.1. ‘Teoria do trabalho de luto’ de Freud .....	24
1.5.2. ‘Teoria da vinculação’ de Bowlby.....	25
1.5.3. ‘Teoria do processo de luto’ de Parkes .....	26
1.5.4. ‘Teoria das tarefas luto’ de Worden .....	27
1.5.5. ‘Teoria dos estágios’ de Kübler-Ross.....	28
1.5.6. ‘Modelo do processo dual de lidar com o luto’ de Stroebe e Schut.....	29
1.5.7. ‘Modelo de vivências’ de Rebelo.....	30
1.6.    Determinantes na superação do processo de luto .....	30
II CAPÍTULO - LUTO POR PERDA DO CÔNJUGE .....	35
1.    Luto por perda do cônjuge .....	35
1.1.    Viuvez nas mulheres idosas.....	36
1.1.1 Viuvez nas mulheres idosas institucionalizadas .....	37
1.2.    Estratégias de superação mais comuns nas mulheres idosas.....	38

1.2.1 Estratégias de superação mais comuns nas mulheres idosas institucionalizadas .....	41
1.3. Revinculação.....	42
III CAPÍTULO - CLASSIFICAÇÃO INTERNACIONAL DE FUNCIONALIDADE, INCAPACIDADE E SAÚDE.....	45
1. Conceito de funcionalidade.....	45
1.1. Organização da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde .....	46
Parte II - Estudo empírico .....	49
IV CAPÍTULO - OBJETIVOS E METODOLOGIA UTILIZADA.....	50
1. Objetivos (geral e específicos) .....	50
1.1. Objetivo geral .....	50
1.1. Objetivos específicos.....	50
2. Considerações éticas .....	50
3. Metodologia .....	51
3.1. Delimitação e desenho do estudo.....	51
3.2. Seleção da amostra .....	51
3.3. Procedimentos efetuados .....	52
3.4. Instrumentos utilizados.....	53
3.5. Análise e tratamento dos dados .....	56
V CAPÍTULO - APRESENTAÇÃO E LEITURA DOS RESULTADOS.....	59
1. Caracterização geral da amostra.....	59
1.1. Caracterização da amostra por informação sociodemográfica .....	59
1.2. Caracterização da amostra por vida antes da perda do cônjuge .....	64
1.3. Resultados do Inventário de Luto Complicado (ILC) .....	66
2. Análise dos resultados mapeados à Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde .....	67
2.1. Análise por pergunta, ID e unidades e subunidades de classificação.....	67

2.1.1. Pergunta ‘O que mudou na sua vida?’ .....	67
2.1.2 Pergunta ‘O que fez (ou faz) para superar a dor da perda?’ .....	68
2.1.3 Pergunta ‘Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?’ .....	69
2.1.4 Pergunta ‘Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?’ .....	71
2.1.5. Pergunta ‘O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?’ .....	72
2.2. Análise por componentes, ID e unidades e subunidades de classificação .....	73
2.2.1. Componente ‘Funções do Corpo’ (b).....	74
2.2.2. Componente ‘Atividades e Participação’ (d) .....	74
2.2.3. Componente ‘Fatores Ambientais’ (e).....	76
2.2.4. Classificação de ‘nd’ (não definível).....	77
3.1. Análise por componentes, perguntas e unidades e subunidades de classificação.....	78
3.1.1. Componente ‘Funções do Corpo’ (b) perguntas .....	78
3.1.2. Componente ‘Atividades e Participação’ (d) e perguntas .....	79
3.1.3. Componente ‘Fatores Ambientais’ (e) e perguntas .....	81
3.1.4. Classificação ‘nd’ e perguntas.....	82
4.1. UC mapeadas no presente estudo e as da <i>Checklist</i> geral CIF.....	83
4.1.1. UC mapeadas no presente estudo mas que não consta na <i>Checklist</i> geral da CIF .....	84
4.1.2. UC que constam na <i>Checklist</i> geral da CIF e não mapeadas no presente estudo .....	85
DISCUSSÃO.....	87
CONCLUSÃO.....	97
BIBLIOGRAFIA .....	99
ANEXOS.....	107

## Índice de tabelas

Tabela 1 - Organização da CIF e exemplos.....	47
Tabela 2 - Caracterização da amostra por equipamento gerontológico .....	60
Tabela 3 - Caracterização da amostra por idade.....	60
Tabela 4 - Caracterização da amostra por nível de escolaridade .....	61
Tabela 5 - Caracterização da amostra por número de filhos .....	61
Tabela 6 - Caracterização da amostra por localidade geográfica .....	62
Tabela 7 - Caracterização da amostra por circunstância da morte.....	62
Tabela 8 - Caracterização da amostra por tempo decorrido após a morte do cônjuge .....	63
Tabela 9 - Caracterização da amostra por toma de medicação.....	63
Tabela 10 - Caracterização da amostra por tempo de toma de medicação .....	64
Tabela 11 – Caracterização da amostra por tipo de luto .....	66

## Índice de quadros

Quadro 1- ‘O que mudou na sua vida’ por ID, UC e SUC da CIF.....	68
Quadro 2 – ‘O que fez (ou faz) para superar a dor da perda?’ por ID, UC e SUC da CIF.....	69
Quadro 3 - ‘Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?’ por ID, UC e SUC da CIF .....	70
Quadro 4 - ‘Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?’ por ID, UC e SUC da CIF.....	71
Quadro 5 - ‘O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?’ por ID, UC e SUC da CIF .....	73
Quadro 6- ‘Funções do corpo’ (b) por ID, UC e SUC.....	74
Quadro 7 - ‘Atividades e Participação’ (d) por ID, UC e SUC.....	75
Quadro 8 - ‘Fatores ambientais’ (e) por ID, UC e SUC.....	76
Quadro 9 - Classificação de ‘nd’ (não definível) por ID .....	77
Quadro 10 - ‘Funções do corpo’, UC e SUC por perguntas .....	78
Quadro 11 - ‘Atividades e Participação’ UC e SUC por perguntas .....	79
Quadro 12 - ‘Fatores Ambientais’ UC e SUC por perguntas.....	81
Quadro 13 - Classificação do ‘nd’ por perguntas .....	82
Quadro 14 – Total de referências por pergunta .....	83

Quadro 15 - Correspondência das UC mapeadas no presente estudo e as da <i>Checklist</i> geral da CIF.....	84
Quadro 16 - UC mapeadas no presente estudo mas que não constam na <i>Checklist</i> geral CIF...	84
Quadro 17 - UC que constam na <i>Checklist</i> geral da CIF e não mapeadas no presente estudo ..	85

## Índice de anexos

Anexo 1: Parecer da Comissão de ética.....	107
Anexo 2: Folha de Informações.....	109
Anexo 3: Pedido para a recolha de dados na instituição.....	112
Anexo 4: Pedido de participação aos familiares .....	113
Anexo 5: Protocolo.....	114
Anexo 6: Entrevistas ( ID1-ID14).....	119
Anexo 7: Dados relativos ao segundo ponto da entrevista (vida adulta antes da perda) .....	313
Anexo 8: Tabela vivências após a perda.....	326
Anexo 9: <i>Checklist</i> geral da CIF.....	332

## **Lista de abreviaturas e siglas**

AIVD – Atividades Instrumentais de Vida Diária

APA – *American Psychological Association*

AVD – Atividades de Vida Diária

CD – Centro de Dia

CES – Comissão de ética para a Saúde

CIF – Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde

DSM 5 – Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais 5

ERPI – Estrutura Residencial para Pessoas Idosas

ICF - *International Classification of functioning, Disabilities and Health*

ILC – Inventário de Luto Complicado

INE – Instituto Nacional de Estatística

MFAQ - *Multidimensional Functional Assessment Questionnaire*

Nd – Não definível

Nd-qv – Qualidade de vida não definível

Nd-sm – Saúde mental não definível

OARS - Older Americans Resources and Services Program

OMS – Organização Mundial de Saúde

QAFMI - Avaliação Funcional Multidimensional de Idosos

SPMSQ – *Short Portable Mental Status Questionnaire*

SUC – Subunidades de classificação

UC – Unidade de Classificação

## INTRODUÇÃO

As perdas, inevitáveis e universais a todos os seres vivos, ocorrem ao longo do ciclo de vida (Bucay, 2003). Ao longo das épocas históricas foram surgindo alterações sobre o conceito de luto. Se nos tempos de guerra, caracterizados por uma elevada taxa de mortalidade, era considerada normal uma repressão às manifestações de luto (Parkes, 2010), atualmente ainda é um tabu, cuja presença evoca sentimentos de medo e de desprezo (Oliveira & Lopes, 2008). De modo a permitir uma melhor compreensão desse conceito e, conseqüentemente desenvolver intervenções adequadas, considera-se importante abordar as diferentes questões associadas ao luto (afetivas e sociais) no âmbito da perda do cônjuge em mulheres idosas institucionalizadas. Se a perda do cônjuge é um acontecimento difícil, caracterizado por dificuldades de adaptação às mudanças que daí advêm, mais o é na idade adulta avançada. Apesar de estarem associados, os conceitos de luto e de viuvez (muitas vezes confundidos). São distintos. O luto é a reação emocional e física a uma perda significativa (de alguém, de um objeto ou de um contexto) e com quem/a qual se mantinha uma ligação afetiva (Rebelo, 2013a). Essa reação resulta do significado atribuído à perda, o qual pode influir no necessário processo de superação do luto. Já a viuvez, mais frequente nas mulheres idosas, refere-se a uma mudança de identidade relacionada com um novo estado civil (Baldin & Fortes, 2008; Rubio et al., 2011, Suzuki et al., 2012). Esta nova condição apresenta um conjunto de dificuldades e de alterações na vida da pessoa idosa, sendo que uma poderá ser a institucionalização, definida como a transição permanente ou diurna num equipamento gerontológico que presta um conjunto de cuidados (Jacob, 2012) e que pode ser uma resposta para a adoção de estratégias adaptativas.

A Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) é um instrumento de classificação de incapacidade e funcionalidade humana, e que assenta numa abordagem biopsicossocial que integra as diversas dimensões de saúde (biológica, psicológica e social) nas mais variadas condições de saúde ou sociais (OMS, 2004; Quintana et al., 2014). Esta abordagem permite uma melhor avaliação e compreensão da funcionalidade, pelo que a literatura científica evidencia aplicações da CIF aos mais diversos contextos (Castaneda et al., 2014; Quintana et al., 2014), mas não se encontram estudos acerca da sua aplicabilidade ao processo de superação do luto. Neste sentido, este estudo, de natureza exploratória, propõe-

se compreender a relação entre o processo de superação do luto por perda do cônjuge em mulheres viúvas institucionalizadas e a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).

O presente estudo está dividido em duas partes. Numa primeira parte, a do enquadramento teórico, desenvolvido em três primeiros capítulos: i) Conceito de luto; ii) Luto por perda do cônjuge; e iii) Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) e numa segunda parte, a do estudo empírico, constituído em dois últimos capítulos: iv) Objetivos e metodologia de investigação; e v) Apresentação e leitura dos resultados. São abordados, deste modo, os princípios teóricos do processo de luto, a compreensão da CIF, assim como são apresentados os objetivos, a metodologia utilizada e os resultados obtidos. Por fim, apresenta-se a discussão dos resultados obtidos que analisa e avalia a relevância do presente estudo, como contributo para o processo de luto e a CIF, e para estudos posteriores. Por último são expostas as conclusões alcançadas.



## Parte I - Enquadramento Teórico

---



## I CAPÍTULO – PROCESSO DE SUPERAÇÃO DO LUTO

---

Neste primeiro capítulo é abordado o conceito de luto, onde se inclui a definição do mesmo, os tipos de perdas e a desvinculação. São expostos dois tipos de luto, o luto normal e o luto complicado, e as manifestações de cada um no processo de luto em perdas significativas.

### 1. Conceito de luto

O termo “luto” começou a surgir na literatura científica nos inícios do século XX por diversos autores. Sigmund Freud (1917/1953), médico neurologista e criador da psicanálise, foi o primeiro a abordar este tema. O autor conceptualizou o luto como uma “reação à perda de um ente querido, à perda de alguma abstração que ocupou o lugar do ente querido, como o país, a liberdade ou o ideal de alguém” (Freud, 1917, p.165; Clewell, 2002, p.44). A partir dos seus trabalhos, em particular no seu artigo “Luto e melancolia”, o autor estabeleceu uma clara relação mútua entre esses dois conceitos (Freud, 1917). Esta introdução do conceito de luto conduziu a um interesse por parte de outros autores em aprofundar este tema, sendo que esses seus contributos conduziram à necessidade de se estudar este fenómeno numa perspetiva psicossocial (Parkes, 1998). Atualmente, o estudo do luto tem merecido uma crescente atenção por parte de investigadores de vários países do mundo, sendo consensual considerá-lo como uma reação emocional e física a uma perda significativa, que se caracteriza por intensa dor (Rebelo, 2013a).

#### 1.1. Definição, tipos de perdas, desvinculação

A necessidade do ser humano em se relacionar, construir, fomentar relações e laços de afeto com os outros constitui um aspeto fundamental ao longo da vida (Neto, 2000). A formação de uma ligação afetiva com alguém ou com algum objeto através da proximidade constitui uma base para uma segurança emocional e física (Neto, 2000; Rebelo, 2009) e é o que se denomina de vinculação. Esta é referenciada na literatura como um fenómeno fundamental na existência do ser humano (Bowlby, 1980). Quando ocorre a perda de laços afetivos com uma figura ou objeto de ligação significativa, desenrola-se o que se designa de ‘luto’ (Rebelo, 2013a). Compreendido como uma reação, menos ou mais delongada, a uma perda determinante

(Parkes, 1998), tem um forte impacto na vida da pessoa: gera alterações emocionais e mudanças no cotidiano e, conseqüentemente pode induzir dor e sofrimento (Rebelo, 2013a). E, ao longo da vida, é frequente ocorrerem perdas, podendo estas surgir por diferentes causas. Definida por Barbosa (2010) como uma mudança que inclui um estado de privação de alguém ou de alguma coisa concreta ou abstrata, a perda pode revestir-se de duas naturezas: i) perda real, como a de uma pessoa, animal ou objeto querido e ii) perda simbólica, como a de um ideal, de uma potencialidade ou de uma expectativa (como por exemplo, não ser admitido num emprego). Diante de qualquer perda significativa é desencadeado um conjunto de manifestações físicas e emocionais que variam de acordo com a resposta dada por cada pessoa e que são vivenciadas no processo de luto (Vaterlaus, 2014).

Um dos fenômenos que pressupõe a ocorrência de luto é a morte, e da qual o homem atual se distancia, como se fosse algo exterior a si (Parkes, 1998; Matos, 2013). Mas se por um lado a ocorrência de uma perda significativa pode antecipar o confronto com a nossa própria morte, sendo dos acontecimentos mais angustiantes uma vez que causa medo de sofrer e de morrer (Matos, 2013), o experienciar uma perda valorativa para a pessoa pode, por outro lado, conduzir a que este enfrente melhor a finitude da vida.

Para que o processo de luto bem-sucedido tenha lugar, é necessário que haja uma adaptação tanto à perda principal como às secundárias que lhe estão associadas (Penman et al., 2014; Vaterlaus, 2014). Decorrendo num período de tempo, sendo este usualmente mencionado como o maior aliado para uma diminuição da intensidade da dor, surge a desvinculação, ou seja, dá-se a separação com a figura e/ou objeto de vinculação perdido, o que permite o encontro de um novo equilíbrio emocional (Baldin & Fortes, 2008; Rebelo, 2013b). A desvinculação é uma experiência individual, que decorre de forma distinta consoante as circunstâncias pessoais. Deste modo, este processo pode tomar dois diferentes caminhos: ou um decurso de um luto normal ou de um luto complicado.

## **1.2. Luto normal**

O luto normal inicia-se após a perda e manifesta-se de forma progressiva até uma aceitação da realidade (Parkes, 1998). Para tal, é necessário que a pessoa enfrente as vivências sentidas no processo de luto e num determinado período de tempo. Perante as alterações que surgem na vida da pessoa enlutada, é fundamental que esta se reorganize emocionalmente para dar lugar a um reajustamento à sua vida normal (Rebelo, 2009). A conclusão do luto normal dá-se,

mesmo que presentes boas memórias e sentimento de saudade, e quando se verifica uma integração da perda na vida quotidiana da pessoa enlutada (Barbosa, 2010; Arizmendi & O'Connor, 2015).

#### **1.2.1. Manifestações do processo de luto: sintomas psíquicos e somáticos**

No processo de luto normal a pessoa é confrontada com sintomas psíquicos e somáticos relacionados com a reação à perda. Estes manifestam-se através de quatro categorias (Parkes, 1998; Worden, 1998; Worden, 2002, 2009; Barbosa, 2010; Balci-Celik et al., 2011; Nave, 2013): (1) sentimentos, (2) cognições, (3) alterações de comportamento (sintomas psíquicos) e a (4) sensações físicas (sintomas somáticos).

A (1) categoria sentimentos caracteriza-se pelos seguintes sintomas: tristeza, choro, respiração permeada por suspiros, raiva, apatia, ansiedade, culpa e autorrecriação, angústia, saudade, solidão, fadiga (que pode ser experimentada por apatia ou indiferença), choque, alívio, anseio, desamparo, frustração, emancipação, estarrecimento e entorpecimento. A categoria (2) cognições caracteriza-se pela pessoa em luto manifestar: descrença, confusão, alucinações, preocupações constantes, dúvidas persistentes, pensamentos intrusivos sobre a morte, sensação de presença da pessoa falecida, dificuldade de concentração e défice cognitivo e de memória a curto prazo. Já a categoria (3) alterações de comportamento inclui: distúrbios do sono e de apetite, irritação, comportamento distraído, isolamento social, intensa solidão, sonhos com a pessoa que faleceu, a procura e o chamamento, comportamento de suspiro, choro, hiperatividade, evitamento de lembranças ou atração pelos objetos e lugares associados às memórias da pessoa que faleceu. Por fim, a categoria (4) sensações físicas caracteriza-se por: vazio no estômago, aperto no peito, aperto na garganta, hipersensibilidade ao barulho, sensação de despersonalização, falta de ar e energia, fraqueza muscular, secura na boca, palpitações, cefaleias, insónia e visão desfocada.

No que ainda ao luto normal diz respeito, pode falar-se de um outro tipo, o antecipatório. É compreendido como um processo que decorre em casos de morte esperada e em que existe gradativamente uma aceitação da realidade da perda. A vivência de uma morte esperada interfere no estado emocional da pessoa em estado terminal e naqueles que o rodeiam, pelo que a consciência da perda permite antecipar a elaboração do luto. Nestes casos, quando ocorre a perda, as pessoas tendem a manifestar uma sensação de alívio, sobretudo em situações de grande sofrimento (Machado, 2013).

Se na maioria das vezes o processo de luto segue um curso normal, existem situações em que as respostas à perda originam um percurso complicado do luto.

### **1.3. Luto complicado**

Quando após uma perda significativa existe um prolongamento no tempo de reações emocionais de dor e de sofrimento ou a sua expressão é intensa, pode-se estar diante um processo de luto complicado (Parkes, 1998; Rebelo, 2004; Marques et al., 2013; Penman et al., 2014). Este caracteriza-se pela dificuldade de aceitação da perda, o que pode gerar manifestações que afetem a vida diária da pessoa, podendo causar-lhe, inclusive, problemas na saúde e por conseguinte uma diminuição na sua qualidade de vida (Marques et al., 2013; Bui et al., 2014; Penman et al., 2014; Arizmendi & O'Connor, 2015). Interessa fazer-se referência à modificação sobre o conceito de luto proposta pela Associação Americana de Psiquiatria (APA). No seu 'Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais 5' (DSM 5) é mencionada a exclusão do luto como critério para a classificação de um episódio depressivo. O DMS 5 apresenta também a distinção entre transtorno depressivo maior e luto complicado, sendo o último denominado de 'transtorno de luto complexo persistente' (APA, 2014). A distinção destes dois transtornos é de considerável importância para auxiliar os profissionais de saúde e os conselheiros do luto (não profissionais) a diferenciar os sintomas do luto com os dos de um transtorno depressivo maior (APA, 2014). Deste modo, poder-se-á evitar diagnósticos incorretos, uma vez que a sua prevalência poderá afetar uma percentagem considerável. Num estudo realizado por Kersting e colaboradores (2011) sobre luto complicado indicou-se que este afetava 7% das pessoas enlutadas da amostra estudada e que, dependendo do tipo de perda, podia verificar-se uma variação na sua prevalência de 20,3 a 23,6%.

#### **1.3.1. Manifestações do processo de luto complicado: sintomas psíquicos e somáticos**

O processo de luto complicado assume manifestações mais complexas do que o luto normal, podendo essas revestir-se de '(1) sintomas psíquicos' e de '(2) sintomas somáticos' (Barbosa, 2010; Marques et al., 2013; APA, 2014; Bui et al., 2014; Hall et al., 2014; Arizmendi & O'Connor, 2015). No que se refere aos (1) sintomas psíquicos, a pessoa poderá apresentar: intenso pesar e dor emocional diante a perda; ruminação acerca da perda; sintomas de pânico; culpa; profundo anseio pela pessoa perdida; angústia da separação; ideação suicida; raiva; preocupação com a pessoa que faleceu; sentimento de entorpecimento emocional; evitação

excessiva das lembranças da perda; sentir a vida vazia sem a pessoa que faleceu; alucinações (visualizar ou ouvir a pessoa que faleceu); compulsão para imitar traços do objeto/pessoa perdida, entre outros. No que diz respeito aos (2) sintomas somáticos, podem incluir-se, queixas digestivas, fadiga e dor (APA, 2014). Importa mencionar, que o ‘transtorno de luto complexo persistente’ pode causar graves consequências, como por exemplo, deficits no trabalho e no funcionamento social, consumo de tabaco e de álcool que interfira no estado de saúde, aumento acentuado de graves problemas de saúde e diminuição da qualidade de vida (Marques et al., 2013; APA, 2014). Neste sentido, reveste-se de elementar relevância uma intervenção especializada após a perda para que haja lugar a realização de um processo de luto normal (Barbosa, 2010).

#### **1.4. Intervenção especializada no processo de luto**

Após a perda, as pessoas tendem a seguir um processo de luto normal, não necessitando de intervenções especializadas. Nestes casos, as pessoas enlutadas tendem a ter o apoio dos familiares e dos amigos, assim como de profissionais de saúde. O apoio dos familiares e dos amigos é de elementar importância para que a pessoa possa expressar as dificuldades sentidas no decurso do processo de luto, enquanto o dos profissionais de saúde já assume o relevante papel na transmissão de informação acerca do processo de luto e dos recursos de apoio existentes (Rebelo, 2009; Barbosa, 2010).

Contudo, podem existir reações complexas à perda, sendo necessário uma ajuda especializada através de intervenções como a terapia e o aconselhamento do luto, ambos concretizados individualmente ou em grupo. Na primeira, realizada por profissionais acreditados, pretende-se identificar e resolver dificuldades que impedem as pessoas enlutadas de completarem o processo de luto e é sobretudo utilizada em situações de luto complicado ou psicopatológico (Worden, 1998, 2009; Barbosa, 2010; Nave, 2013). O objetivo da terapia do luto consiste em ajudar as pessoas através de técnicas especializadas a expressarem os sentimentos, as emoções e os pensamentos evitados ao longo do processo de luto, pelo que deste modo podem concluir o luto não resolvido e complicado. Quanto à segunda intervenção, a do aconselhamento do luto, pode ser realizada por profissionais de saúde, por orientadores espirituais ou por voluntários com formação, assim como em grupos de ajuda mútua. Procura-se ajudar as pessoas enlutadas a lidarem com manifestações que apresentem dificuldades no processo de luto, tendo como objetivo principal facilitar o processo de luto por forma a não se

desenvolverem manifestações psicopatológicas (Parkes, 1998; Worden, 1998; Rebelo, 2005; Barbosa, 2010).

Alguns países, como a Austrália, o Reino Unido e os Estados Unidos da América estão mais avançados no apoio à pessoa em luto do que em Portugal. Apesar de se verificar uma maior preocupação sobre esta temática, existem poucas iniciativas e escassos espaços de apoio ao luto em território nacional, como é o caso da Associação de Apoio à Pessoa em Luto (APELO), que se destina a ajudar pessoas, famílias e a comunidade em geral, oferecendo um vasto conjunto de serviços de apoio ao luto (Rebelo, 2013a).

O processo de luto foi observado por diversos autores de diferentes formas: por etapas, por fases, por tarefas e por estágios (Worden, 2002, 2009). Os modelos teóricos têm em comum fornecer um entendimento de como é desenrolado o processo de luto, desde a perda até à superação. Destaca-se, deste modo, a importância de se compreender alguns modelos teóricos desenvolvidos assim como os determinantes (ou variáveis) que possam influenciar o mesmo.

### **1.5. Modelos teóricos de superação do processo de luto**

O decurso de um luto, seja normal ou complicado, requer que haja um processo de superação. É um percurso usualmente tomado pela pessoa enlutada e que consiste num conjunto de respostas adaptativas às várias mudanças que decorrem no processo de luto e determinado por um conjunto de fatores de vida da pessoa enlutada (individuais, sociais e culturais) (Machado, 2013; Sousa & Baptista, 2015).

#### **1.5.1. ‘Teoria do trabalho de luto’ de Freud**

O conceito de “trabalho de luto” surgiu em 1917 no artigo “Luto e Melancolia” de Sigmund Freud (1856-1939). Este autor estudou o luto e a melancolia, considerando que ambos constituem estados dolorosos que podem conduzir a uma perda de interesse pelo mundo exterior, à perda da capacidade de amar, bem como à inibição de qualquer atividade (Freud, 1917). Todavia, apesar de ambos apresentarem manifestações idênticas e de estarem correlacionados, constatou que são diferentes entre si. Segundo Freud (1917), o “trabalho de luto” diz respeito à tomada de consciência da realidade por parte da pessoa enlutada aquando da superação da perda. No início desse processo, devido à dificuldade em enfrentar a



realidade, a pessoa em luto procura manter os laços de vinculação que lhe proporcionavam bem-estar, sendo por isso um processo gradativo que tem como objetivo a pessoa libertar a libido, ou seja, o prazer e satisfação que a relação de vinculação lhe proporcionava (Freud, 1917). Ao longo do trabalho de luto a pessoa enlutada confronta-se com estados emocionais profundos (Rebelo, 2009). É através do seu carácter e personalidade que consegue desvincular-se da relação de afeto que mantinha com o ente querido (Rebelo, 2013a; Silva & Alves, 2011), podendo então conduzir à conclusão do trabalho do luto. No final (do processo de luto), a pessoa em luto reorganiza as suas emoções, readapta-se a uma nova realidade no seu quotidiano e constrói novas relações (Freud, 1917; Bucay, 2003; Rebelo, 2009, 2013a). O envolvimento da pessoa enlutada no processo é essencial para uma adaptação à perda de forma saudável (Nave, 2013). Quando se dá uma recusa da realidade, considerada normal no início, verifica-se que é uma das formas da pessoa enlutada minimizar o pesar. No entanto, situações em que a pessoa rejeita lidar com a perda podem indiciar um processo psicopatológico (Stroebe & Schut, 1999).

#### **1.5.2. 'Teoria da vinculação' de Bowlby**

As relações de vinculação caracterizam-se pela presença da segurança e do conforto, oferecida pela figura de vinculação, sendo fundamentais para dar resposta aos obstáculos que surgem na vida do ser humano (Rebelo, 2009; Ramires & Schneider, 2010). Por esse motivo, John Bowlby (1907-1990), psiquiatra e psicanalista, desenvolveu a teoria da vinculação, também intitulada por 'teoria do apego', que permitiu entender as ligações humanas e as reações às perdas (Bowlby, 1980; Silva & Alves, 2011).

John Bowlby estudou as primeiras relações de vinculação, nomeadamente as reações da criança face à ausência ou separação das ligações de apego com a figura de vinculação, sendo habitualmente a mãe. Em colaboração com Mary Ainsworth, psicóloga e professora universitária, o autor verificou que as relações de vinculação que a pessoa desenvolve ao longo da vida são influenciadas pela interação entre os cuidadores primários e as crianças. Deste modo, pode-se entender que diante uma perda, a reação da pessoa encontra-se associada à sua primeira relação de vinculação. Mas o estabelecimento de relações afetivas reveste-se também de um importante papel na fase adulta. Nos casos em que as relações conjugais são seguras, as pessoas experienciam uma sensação de bem-estar através da segurança transmitida pelo companheiro e/ou companheira (Rebelo, 2009). Este autor identificou quatro

fases do luto: a (1) Fase de entorpecimento, que pode durar algumas horas a uma semana. É a fase de reação inicial de choque e descrença à notícia. Nesta fase, expressões emocionais como ataques de pânico e raiva são atitudes comuns; a (2) Fase de anseio e busca da figura perdida, que pode permanecer alguns meses, ou às vezes, anos. Nesta fase de dor dá-se início à busca da pessoa perdida. Nesta fase inicial do processo de luto, normalmente, pode existir uma alternância entre a crença que a morte tenha ocorrido e a descrença. Deste modo, a pessoa enlutada pode retomar a procura da pessoa perdida. Em consequência, é comum a frustração e a raiva; a (3) Fase de desorganização e desespero, onde a pessoa enlutada reconhece e aceita que a pessoa perdida não vai regressar, levando ao desespero. Os pensamentos desorganizados são um aspeto presente nesta fase, podem conduzir à tristeza, apatia e isolamento social; e por último, a (4) Fase de reorganização, em que a pessoa em luto se encontra diante uma nova realidade, existindo a necessidade de redefinição da sua própria pessoa, bem como da nova situação em que se encontra. A vontade de viver conduz a que as pessoas adquiram novas habilidades.

A teoria de vinculação de Bowlby foi a que teve um maior impacto no estudo do luto. O autor refere o rompimento dos laços afetivos após a perda da figura de vinculação como sendo um processo doloroso. No entanto, também incentiva à revinculação e à possibilidade de se estabelecer uma nova relação afetiva.

#### **1.5.3. 'Teoria do processo de luto' de Parkes**

Collin Parkes (1928-...), psiquiatra que também se interessou em estudar os comportamentos de reação após a morte do cônjuge, sendo autor de livros e publicações sobre o luto, perspetivou o seu processo por fases. Os estudos de Parkes corroboram que a separação ou ausência do cuidador pode ter influência na fase adulta (Parkes, 1998, 2010). Para o autor, o processo de luto não é um estado, mas um processo, uma vez que pode envolver sintomas que se vão substituindo no decurso da adaptação ao luto. Parkes referencia as fases consideradas por Bowlby para caracterizar o processo de luto (fase de entorpecimento; fase de anseio e busca da figura perdida; fase de desorganização e desespero; e fase de reorganização). Porém, em contraste com Bowlby, o autor coloca um maior ênfase nos sentimentos/emoções e sintomas que podem advir do luto. A primeira reação à perda está ligada a um estado de alarme, relacionada com a ausência de segurança emocional e física oferecida pela figura de vinculação, o que pode levar a sintomas como a inquietação e o medo. Deste modo, a pessoa tende a permanecer em estado de alerta. A dor, a saudade, o choro, a procura intensa pela

pessoa perdida e a privação, devido à ausência da figura de vinculação, são características comuns após o estado de choque. Parkes refere algumas formas de a pessoa se proteger das manifestações que surgem no processo de luto como a descrença ou o evitar pensar na perda. A pessoa pode conseguir evitar pensamentos relacionados com a dor da perda, porém, as lembranças tendem a manter-se.

#### **1.5.4. 'Teoria das tarefas luto' de Worden**

William Worden (1932-...) foi, de par com Bowlby, um dos estudiosos que apresentaram o processo de luto de forma sistemática, por fases ou tarefas. As suas teorias de compreensão do luto foram referência para outros que se interessam sobre o luto. Professor de psicologia, considerou que o processo de luto se realiza em quatro tarefas e que implica um papel ativo da pessoa enlutada na adaptação à perda: (1) Aceitar a realidade da perda, que corresponde à aceitação de que é impossível haver um regresso da pessoa perdida. O reconhecimento da perda pode demorar algum tempo. Por um lado a pessoa enlutada pode ter consciência da perda, prevalecendo um sentimento de esperança. Por outro lado, pode existir também uma negação da perda, impedindo a conclusão da tarefa. Os rituais tradicionais do luto, como os funerais, são importantes na aceitação da perda; (2) Trabalhar a dor do luto, que implica reconhecer a dor sentida perante a perda. É necessário a pessoa em luto não evitar ou negar a sensação de dor. A negação surge como uma forma de proteção dos pensamentos desagradáveis, podendo acarretar sintomas físicos ou comportamentos anómalos. O uso de drogas ou álcool para evitar lembranças pode impedir o término desta tarefa; (3) Adaptar-se a um ambiente no qual a pessoa falecida está ausente, ou seja, após a perda a pessoa em luto deve ajustar-se a um novo ambiente. Esta tarefa implica por parte deste a vontade de restabelecer a sua vida, assumindo novos papéis e habilidades. No entanto, a pessoa pode ter dificuldade na adaptação a estas mudanças, podendo conduzir a um sentimento de impotência. O maior impedimento do enlutado é também a não adaptação à perda; por fim, a tarefa (4) Recolocar emocionalmente a pessoa falecida e continuar a viver, ou seja, perante a perda existe a necessidade da pessoa enlutada reconstruir a sua vida para encontrar um equilíbrio emocional. Nesta tarefa, o luto termina quando a pessoa enlutada encontra um local adequado para a pessoa perdida na sua vida emocional, cujas memórias nunca são esquecidas. É considerada a mais difícil de realizar, pois algumas pessoas tendem a ficar emocionalmente ligadas ao passado.

Sendo o luto um processo com várias tarefas que devem ser cumpridas deve também ter-se em conta que essas tarefas não são lineares, permitindo às pessoas concluí-las conforme necessário e possível. O processo de luto finaliza quando são cumpridas; caso contrário, o seu desenvolvimento e crescimento pessoal podem ficar afetados (Worden, 1998). Por este motivo, Worden considera que a pessoa enlutada deve ter a possibilidade de receber ajuda, por exemplo, através da intervenção por aconselhamento, para realizar todas as tarefas. Para Worden (2009) não é possível definir uma data de finalização do processo de luto. A conclusão do processo de luto ocorre quando a pessoa é capaz de pensar na pessoa e/ou objeto perdido, sem sentir dor.

#### **1.5.5. 'Teoria dos estágios' de Kübler-Ross**

Elisabeth Kübler-Ross (1926-2004), psiquiatra norte americana foi uma das pioneiras no estudo sobre o processo de morte através da observação de doentes em fase terminal e da forma como as suas famílias reagiam, desenvolvendo a sua própria teoria, em 1996. Nessa, a autora aborda as reações das pessoas no confronto com a doença até à morte, em cinco estágios, e onde a pessoa tem o papel principal na gestão de situações do seu próprio processo de luto: (1) Negação e isolamento, em que após ter conhecimento da sua doença terminal, a pessoa recusa a situação em que se encontra. A negação funciona como uma mecanismo de defesa quanto ao aceitar factos, informações e realidades relativas à doença; (2) Raiva, onde depois de tomar consciência da doença e da perda, a pessoa manifesta raiva contra a família, amigos e equipa médica; (3) Negociação, em cuja nesta fase a pessoa tenta negociar, nomeadamente com Deus, de modo a conseguir um aumento do tempo de vida; e (4) Depressão, que ocorre quando as negociações não têm efeitos. A pessoa perde a esperança, apresentando, entre outros, sentimentos de tristeza, medo, arrependimento. Nesta fase começa a haver uma aceitação da realidade da perda de vida; por fim o estágio (5) Aceitação, em que a pessoa começa a aceitar a morte e contempla o seu fim de vida com serenidade, despedindo-se calmamente da vida e dos que são mais próximos.

Neste modelo teórico do processo de superação do luto a pessoa supera os estágios até à aceitação da morte. Porém, nem todas as pessoas passam por todos os estágios, nem nesta mesma sequência (e podendo, por exemplo, saltar do quarto para o segundo). Desta forma, existe uma ordem universal que a pessoa deve seguir.

#### 1.5.6. 'Modelo do processo dual de lidar com o luto' de Stroebe e Schut

A necessidade de um modelo que fornecesse princípios para lidar com o luto surgiu através do 'modelo do processo dual de lidar com o luto' desenvolvido por Margaret Stroebe e Henk Schut, em 1999, e que pretende integrar outros modelos teóricos. Perante a perda, a pessoa enlutada confronta-se com uma nova realidade, que conduz à necessidade de lidar com novos estressores. Os estressores podem ser definidos como fatores de stresse que emergem com a perda e que condicionam a sua superação, uma vez que a pessoa tem que se reajustar a vários aspetos na sua vida. Tendo presente os estressores, este modelo propôs encontrar estratégias de *coping* para uma adaptação a essas mudanças que advêm da perda através da realização de atividades que dão prazer à pessoa. Os autores consideram, por isso, três categorias que refletem essa resposta: (1) orientação para a perda; (2) orientação para a restauração; e (3) oscilação. No que diz respeito à primeira, (1) refere-se à dificuldade da pessoa enlutada em aceitar a perda da figura e/ou objeto de vinculação. A sua vida diária é concentrada na pessoa perdida e nas circunstâncias que a guiaram à morte. O choro e a saudade são reações emocionais comuns. Em relação à segunda, (2) orientação para a restauração, esta encontra-se ligada às consequências secundárias perante a perda. Estas podem constituir fontes de stresse com as quais a pessoa enlutada necessita de lidar: desempenhar novos papéis, estabelecer novas relações e repensar acerca da sua identidade. O alívio e o orgulho são comuns quando a pessoa enlutada consegue lidar com os estressores. Os aspetos mencionados conduzem a que a pessoa enlutada responda aos estressores através de estratégias de *coping*. Por último, a (3) oscilação, é considerada pelos autores como a categoria central do modelo teórico proposto. Consiste na possibilidade de escolha entre a orientação para a perda e a orientação para a restauração no contexto da vida diária. A pessoa em luto pode ser confrontada por estressores da própria perda (quebra de laços e a necessidade de recolocação dos laços afetivos) ou estressores para a restauração da vida (negação/evitamento da dor e a importância da pessoa, por exemplo, fazer coisas novas). Existe uma grande dificuldade, ou pode mesmo ser impossível, em responder às duas categorias em simultâneo. Perante a importância de se enfrentar os estressores, existe uma alternância na realização das categorias. A oscilação pode ser então considerada como uma estratégia de *coping* para se lidar com o luto.

O modelo teórico do processo dual permite ir um pouco mais além dos modelos teóricos existentes, uma vez que tem como finalidade responder aos estressores de modo a permitir uma superação bem-sucedida do luto. A oscilação é, assim, essencial, para a promoção do bem-estar físico e mental da pessoa enlutada.

#### **1.5.7. 'Modelo de vivências' de Rebelo**

José Eduardo Rebelo (1958-...), professor universitário e autor de várias obras sobre o luto, define na sua mais recente “Defilhar: Como viver a perda de um filho” (2013b) um modelo baseado nas vivências do pesar. O autor considera que no processo de luto a pessoa enlutada experiencia um conjunto de sensações, de sentimentos e de emoções que conduzem a uma desorganização emocional. Consideradas como fundamentais para o restabelecimento do equilíbrio emocional, o autor definiu quatro fases de superação das vivências do luto: (1) O tempo para o choque, período de choque e de negação que decorre, geralmente, após o enterro, tendo consequências no quotidiano da pessoa enlutada; (2) O tempo para a descrença, caracterizado pela procura da pessoa perdida e incertezas. A pessoa enlutada sabe que a figura de vinculação morreu, mas não consegue desfazer-se dos laços afetivos estabelecidos, permanecendo a esperança. A aproximação de datas mais significativas é angustiante para a pessoa em luto; (3) O tempo para o reconhecimento, quando, após várias tentativas, a pessoa em luto é confrontada com um conjunto de emoções, como a culpa e a agressividade. A pessoa enlutada necessita de um novo tempo para organizar as suas emoções. Aos poucos, começa a adaptar-se, a reorganizar-se e a criar uma nova identidade. Desta forma, com o passar do tempo a pessoa vai tomando consciência que o regresso da pessoa perdida é impossível; e (4) O tempo para a superação, período em que a pessoa enlutada começa a reajustar-se e a conviver com uma nova realidade no seu quotidiano. Nesta fase, a pessoa pode superar o luto através da aceitação ou da conformação. Rebelo considera que não é possível estabelecer um tempo para cada fase, pois o processo de luto é individual. Depende de um conjunto de fatores associados à pessoa enlutada, à perda e ao contexto sociocultural. Este carácter individual do processo de luto conduz a que o modo de viver uma nova realidade seja distinto entre as pessoas enlutadas.

#### **1.6. Determinantes na superação do processo de luto**

A experiência do luto é influenciada por um conjunto de determinantes (ou variáveis), importantes para se compreender os processos de superação e elaboração do luto, como a (1) idade, o (2) género, os (3) antecedentes históricos, a (4) natureza e qualidade da ligação, as (5) condições socioeconómicas, as (6) variáveis de personalidade, as (7) variáveis sociais, as (8) circunstâncias da morte e o (9) stresse concorrente.

No que diz respeito à (1) idade, as pessoas em idade adulta avançada que, geralmente já vivenciaram várias perdas, tendem a adaptar-se melhor à perda, o que lhes permite aceitar a morte como algo natural (Galicioli et al., 2012; Rebelo, 2013a). Já as faixas etárias mais novas tendem a não pensar acerca da morte ou a formarem uma nova ligação de vinculação, o que é frequente em pessoas adultas (Rebelo, 2013a). Alguns estudos sugerem que diante uma perda significativa as pessoas idosas têm mais dificuldades em aparecer em locais públicos sozinhas e socializar, sendo, deste modo, mais propensas à solidão (Naef et al., 2013).

Relativamente ao (2) género, diferentes autores encontraram diferenças significativas relativas à superação do luto (Baldin & Fortes, 2008; Rebelo, 2009; Galicioli et al., 2012). As mulheres são mais propensas à experiência do luto do que os homens devido ao aumento da expectativa de vida, sendo a proporção de mulheres viúvas, segundo o Instituto Nacional Estatístico (INE), é significativamente maior em comparação com a dos homens viúvos (Carrilho & Craveiro, 2015). No que se refere à expressão do luto, a sociedade espera que o homem controle mais os seus sentimentos, expressando pouco o que sente (Worden, 2009). As mulheres estão mais disponíveis para exprimir as suas emoções e sentimentos referentes à dor que sentem (Worden, 2009). Perante uma perda significativa, como a perda do cônjuge, uma das maiores mudanças é a necessidade de assumir papéis e responsabilidades que outrora eram desempenhados pelo cônjuge (os homens mais velhos tendem ainda a exercer atividades administrativas e financeiras e as mulheres atividades domésticas (Rebelo, 2009). As distintas reações a esta modificação no quotidiano podem estar relacionadas com a ligação entre a pessoa em luto e a figura de vinculação perdida (Galicioli et al., 2012; Machado, 2013). No caso dos homens tende a existir um sentimento de falta da companheira, que lhe proporcionava cuidados pessoais e cuidava das tarefas domésticas (Galicioli et al., 2012; Rubio et al., 2012). Em relação às mulheres, as que tiveram um casamento de pouca proximidade e de obediência manifestam sentimentos de liberdade e, as que viveram uma relação baseada no amor e no respeito, expressam tristeza (Rubio et al., 2012; Galicioli et al., 2012). Os homens viúvos enfrentam geralmente a perda por períodos mais breves do que as mulheres (Naef et al., 2013). A necessidade de companhia e de manter relações sexuais pode levar à criação de uma nova relação de vinculação (Rebelo, 2009). Segundo a literatura, os homens tendem a estabelecer relações com mulheres mais novas (Baldin & Fortes, 2008; Rebelo, 2009; Both et al., 2012). Mas uma vez que o padrão das relações conjugais está em mudança, existindo uma maior igualdade de papéis e um menor investimento nos casamentos duradouros, a superação do luto no futuro poder-se-á processar de forma diferente da descrita.

Quanto aos (3) antecedentes históricos, estes estão relacionados com a existência de processos de luto não resolvidos, o que pode afetar um atual processo de luto. É importante que antes de se dar apoio a alguém ou passar-se por uma perda, ter-se presente se existem perdas anteriores e se foram resolvidas (Worden, 2009).

No que diz respeito à (4) natureza e qualidade da ligação, salienta-se: (i) a estabilidade da relação, pelo que a reação à perda pode ser determinada pela intensidade da ligação afetiva; (ii) a segurança do apego, na medida que deve-se ter presente que em casos de relações de vinculação fortes a pessoa enlutada vai sentir mais dificuldades em superar a dor; (iii) a ambivalência no relacionamento, ou seja, numa relação em que os sentimentos negativos coexistem com igual proporção nos sentimentos positivos, conduz a uma reação à perda mais complicada; (iv) a presença de conflitos com a pessoa perdida não só no momento da morte, mas também conflitos anteriores na ligação conjugal; e (v) os relacionamentos dependentes, que podem afetar a adaptação à perda se a pessoa foi muito dependente, uma vez que, nestes casos, os ajustes externos são maiores; nos casos de menor dependência, os ajustes externos são menores, podendo permitir a superação do luto (Worden, 2009; Nave, 2013).

Em relação às (5) condições socioeconómicas, as pessoas com um nível económico baixo tendem a apresentar mais dificuldades diante uma perda, o que, consequentemente pode afetar o estado emocional da pessoa enlutada (Goldstein, 1993; Rebelo, 2009) e por isso dificultar o processo de superação do luto. Já as (6) variáveis da personalidade estão associadas com o modo como as pessoas lidam com os fatores de stresse que surgem com a perda (Worden, 2009). Por exemplo, as pessoas tímidas e com baixa autoestima tendem a manifestar reações negativas à perda, o que pode levar a um processo de superação do luto mais prolongado (Neto, 2000). Nas (7) variáveis sociais, destaca-se o apoio emocional e social recebido dos familiares, amigos, entre outros, bem como a participação ativa na sociedade podem ser significativos no processo de superação do luto (Worden, 2009).

Na variável (8) circunstâncias da perda, sabe-se que na morte esperada a pessoa tem mais tempo para se preparar para a morte, e que na morte súbita tem mais dificuldade em aceitar a realidade (Worden, 2009). No caso das mortes prematuras, violentas ou inesperadas, a pessoa em luto necessita de mais tempo para aceitar a perda, sendo que as últimas tendem a conduzir a um processo de luto complicado ou um transtorno depressivo maior (Worden, 2009; Nave, 2013; Penman et al., 2014). Por último, menciona-se o (9) stresse concorrente como determinante no processo de superação do luto, ou seja, as crises ou as mudanças simultâneas que possam surgir na sequência da perda (Worden, 2009; Nave, 2013).



É fundamental o conhecimento dos determinantes expostos que permitem identificar os fatores que podem influenciar a reação à perda e conduzir a reações negativas e positivas na superação do luto, sobretudo para evitar o desenvolvimento de um luto complicado.



## II CAPÍTULO - LUTO POR PERDA DO CÔNJUGE

---

Neste capítulo procura-se compreender o luto por perda do cônjuge e o seu impacto na vida e no bem-estar das pessoas idosas, sendo um evento frequente na fase da velhice. Neste contexto, será abordado o fenómeno da viuvez em mulheres viúvas, destacando-se a viuvez em mulheres viúvas institucionalizadas. De seguida, expõem-se algumas estratégias de superação do luto em mulheres viúvas e, em particular, em idosas viúvas institucionalizadas. Por último, aborda-se a revinculação, acontecimento que pode decorrer no fim da realização do processo de superação do luto por perda do cônjuge.

### 1. Luto por perda do cônjuge

O envelhecimento é um processo irreversível, gradual e universal, que ocorre ao longo do curso de vida (Maciel, 2010; Valdés, 2012). Para alguns autores, começa desde o nascimento, para outros, a partir da segunda década de vida, e tem como término a morte. Uma característica particular no envelhecimento é a individualidade, existindo por isso formas distintas de capacidade adaptativa aos desafios inerentes a este fenómeno (Schneider & Irigaray, 2008; Fachine & Trompieri, 2012).

A velhice é uma etapa da vida em que as perdas fisiológicas, psicológicas e sociais, decorrentes no processo de envelhecimento, são frequentes (Bucay, 2003; Rubio et al., 2011; Both et al., 2012; Sousa & Baptista, 2015). Entre elas, destaca-se a perda de pessoas mais próximas e, em particular, a do cônjuge (Sousa & Baptista, 2015). A perda do cônjuge apresenta-se como uma situação dolorosa e stressante na vida da pessoa idosa, caracterizada por sentimentos de pesar, tristeza e de um enorme 'vazio' (Ferreira et al., 2008; Both et al., 2012; Galicioli et al., 2012; Suzuki et al., 2012). Pode representar a perda de um amor, de um confidente, de um amigo, de um parceiro sexual ou de um apoio financeiro, entre outras tarefas e papéis atribuídos até então ao cônjuge (Parkes, 1998). Independentemente da intensidade da relação conjugal, o casamento que se tem contribui para a constituição da identidade e, por isso, quando ocorre a sua dissolução, também ocorrem perdas secundárias, como por exemplo a perda de papéis sociais (Suzuki et al., 2012; Sousa & Baptista, 2015). Tendem a ocorrer

modificações nos hábitos, costumes, atitudes e comportamentos que eram usuais no quotidiano da pessoa idosa, existindo a necessidade de aprendizagem de novas responsabilidades e papéis sociais e, conseqüentemente, de uma reconstrução identitária (Ferreira et al., 2008; Rebelo, 2013a; Sousa & Baptista, 2015). Esta implica a adoção de um novo estado civil, o de viúva, frequentemente acompanhado por mudanças inevitáveis na saúde, na gestão financeira e, muitas vezes, dando origem a um isolamento social (Ferreira et al., 2008; Rebelo, 2009; Galicioli et al., 2012).

Por estes motivos, é crucial facilitar o seu processo de superação do luto, ou seja, para uma reorganização e uma reconstrução da sua vida é necessário elaborar as mudanças e as conseqüências que daí resultam (Silva et al., 2006; Rebelo, 2009; Rubio et al., 2011; Sousa & Baptista, 2015). Segundo Rebelo (2013b), no seu modelo de vivências, existem duas formas distintas de superação do luto: por aceitação (comum no luto por perda do cônjuge) ou por conformação (frequente no luto por perda de um filho). Este autor considera que o luto por perda do cônjuge caracteriza-se pela superação por aceitação, ou seja, ao longo do processo de luto a pessoa enlutada começa a ter consciência da nova realidade, desvinculando-se da figura de vinculação perdida (Ferreira et al., 2008; Rebelo, 2013b). Conseqüentemente, a pessoa idosa volta a sentir um bem-estar interior e a procurar um novo sentido para a vida (Rebelo, 2009, 2013a). Sousa e Baptista (2015) propõem que estes resultados possam também estar relacionados com o facto de as mulheres, quando comparadas com os homens, tenderem a exprimir mais as suas emoções após a perda do cônjuge, o que possibilita uma melhor superação do luto (Galicioli et al., 2012).

É então importante ter-se presente que a reação e adaptação ao fenómeno da viuvez tende a diferir entre o género, o que poderá estar relacionado com a frequente divisão e exercício de papéis na sociedade tradicional (Rubio et al., 2011; Galicioli et al., 2012; Sousa & Baptista, 2015). Sendo um fenómeno que afeta essencialmente as mulheres idosas devido à sua maior esperança média de vida e ao facto de os homens viúvos tenderem a casar novamente (Rocha et al., 2005; Baldin & Fortes, 2008; Galicioli et al., 2012; Suzuki et al., 2012) é de elementar relevância compreender-se a viuvez nas mulheres idosas, em particular.

### **1.1. Viuvez nas mulheres idosas**

A perda do papel de esposa, do trabalho doméstico a esse associado, o gerir tarefas relacionadas com o bem-estar da família, como cuidados com o cônjuge, e a dependência económica detêm influências na identidade da mulher idosa (Rubio et al., 2011; Suzuki et al.,

2012; Sousa & Baptista, 2015). A viuvez pode representar, assim, o início de uma nova fase e acarreta a aquisição de uma nova identidade social, na qual podem verificar-se dificuldades de readaptação a essa nova condição (Baldin & Fortes, 2008; Rubio et al., 2011; Suzuki et al., 2012). Pode ter repercussões físicas (alterações no estado de saúde), emocionais e sociais, constituindo-se como um grande fator de stresse na vida da mulher idosa (Parkes, 1998; Galicioli et al., 2012). Todavia, alguns estudos (Buaes, 2007; Rubio et al., 2011; Galicioli et al., 2012) referem que em alguns casos, devido à dependência em relação ao cônjuge, durante muito tempo submissa, também podem estar associados à viuvez uma sensação de liberdade e um aumento de autonomia através da realização de atividades antes exercidas pelo cônjuge. Após a morte do cônjuge geralmente a mulher viúva tende a procurar auxílio e proteção junto dos seus familiares (Rocha et al., 2005), mas muitas vezes as alterações na estrutura familiar, pode conduzir a que tenha que readaptar-se a novas situações, como por exemplo, a perda do seu ambiente residencial e ingressar num equipamento gerontológico, passando a ser institucionalizada (Rocha et al., 2005; Suzuki et al., 2012).

#### **1.1.1 Viuvez nas mulheres idosas institucionalizadas**

Dado o progressivo envelhecimento demográfico, predominando o género feminino (INE, 2015) urge a necessidade da existência de apoios para as pessoas idosas como os equipamentos gerontológicos (Jacob, 2012). Em geral, os principais motivos que conduzem à institucionalização em estruturas residenciais são por incapacidade e situação de dependência (necessidade de assistência nas atividades de vida diária (AVDs) e nas atividades instrumentais de vida diária (AIVDs), por falta de condições da própria habitação ou de condições monetárias para a manter, por indisponibilidade da família ou ainda por opção própria (Pavan et al., 2008; Vivan & Argimon, 2009; Carvalho & Dias, 2011; Oliveira, 2014; Sousa & Baptista, 2015). Essa transição pode ter um nefasto impacto emocional na mulher idosa dado que implica a perda da casa onde viveu com o cônjuge e da sua rede familiar e social, assim como a adaptação a um novo meio (Pavan et al., 2008; Carvalho & Dias, 2011; Sousa & Baptista, 2015).

Num recente estudo (Sousa & Baptista, 2015) sobre o quotidiano numa estrutura residencial observou-se que as mulheres idosas dessa amostra apresentam uma maior fragilidade emocional, um elevado sentimento de solidão, dificuldades em estabelecer novas relações, bem como uma menor perceção de controlo, ou seja, a perceção que tem em poder exercer controlo na mudança de residência é reduzida, podendo implicar uma diminuição do bem-estar (Afonso, 2012). Factos estes que podem estar relacionados com os papéis de género

tradicionais, em que a mulher tem contatos sociais mais restritos e cuidam do lar, pelo que essas experiências vividas e o significado a elas atribuído pela pessoa idosa pode condicionar sua adaptação e, por conseguinte, a superação da perda do cônjuge (Sousa & Baptista, 2015). Dado que muitas das estruturas residenciais apresentam poucas alternativas para uma melhor adaptação (Pavan et al., 2008), é fundamental que essas sejam mais humanizadas.

A institucionalização das mulheres idosas em centros de dia difere da em estruturas residenciais. O centro de dia é uma resposta social que presta um conjunto de serviços como o convívio entre pessoas idosas e que contribuem para a sua manutenção no meio sociofamiliar (Jacob, 2012), enquanto a estrutura residencial implica a uma maior permanência na instituição. Os primeiros implicam uma frequência durante o dia e, aos fins de tarde e fim de semana, estarem em suas casas, o que permite que as mulheres idosas possam realizar as suas atividades e mantenham as suas relações sociais (Oliveira, 2013). Por este motivo, tendem a ter menos dificuldades na adaptação à institucionalização e, consequentemente, no processo de superação da perda do cônjuge. As razões que levam à sua procura são sobretudo dificuldades físicas, carências socioeconómicas, o facto de a família não querer que fiquem sozinhas em casa ou, ainda, por vontade própria (Oliveira, 2013).

Salienta-se que também outras respostas sociais, como o centro de convívio (apoio de atividades culturais e sócio recreativas organizadas e dinamizadas pelas pessoas idosas de uma comunidade) facilitam uma melhor adaptação de mulheres viúvas e fomentam a sua qualidade de vida (Jacob, 2012).

### **1.2. Estratégias de superação mais comuns nas mulheres idosas**

O processo de luto por perda do cônjuge pode acarretar grandes perdas na vida das mulheres idosas. Se por um lado tendem a apresentar mais capacidades e competências para superar as perdas uma vez que já experienciaram várias na sua vida, por outro tendem a apresentar uma menor capacidade em lidar com a perda do cônjuge, em particular se tiver poucos recursos disponíveis nessa fase da vida (Baldin & Fortes, 2008). Devido ao impacto emocional que tem no seu bem-estar, é extremamente importante o desenvolvimento de estratégias de superação, designadas por estratégias de *coping*, entendidas como respostas adaptativas para lidar com situações de stresse (Afonso, 2012). Essa capacidade varia de pessoa para pessoa, estando relacionada tanto com as características individuais da pessoa idosa enlutada como com os recursos disponíveis para lidar com a perda (Worden, 2009; Afonso, 2012; Both et al., 2012). Quanto às primeiras, (Lazarus e Folkman, 1984, citado por Afonso, 2012), no seu

modelo de avaliação cognitiva definem dois tipos de estratégias: a centrada no problema (a pessoa procura dar uma resposta prática e efetiva à situação que causa stresse) e a centrada na emoção (quando procura lidar com a situação stressante de forma cognitiva e emocional). No que respeita aos recursos disponíveis, os autores evidenciam os seguintes seis recursos (Lazarus e Folkman, 1984, citado por Goldstein, 1993): pessoais (recursos físicos, como o estado de saúde e a energia), psicológicos (crenças existenciais, espirituais ou religiosas), recursos de competência (habilidades sociais e de resolução de problemas), envolvimento (por exemplo, relacionamento com os netos), recursos materiais (recursos económicos) e o suporte social. Destaca-se este último, definido como “uma rede ou configuração de ligações pessoais onde se trocam afeto e ajuda instrumental” (Goldstein, 1993, p. 157), na idade adulta avançada. A presença de pessoas mais próximas, como familiares, amigos e vizinhos assumem uma particular importância na medida em que pode conduzir a um melhor bem-estar emocional (Goldstein, 1993; Ferreira et al., 2008). O apoio familiar, em particular, constitui a principal fonte de suporte social no acompanhamento e apoio oferecido no processo de superação do luto (Baldin & Fortes, 2008; Suzuki et al., 2012). A realização de atividades com a família permite a ocupação do tempo e alivia a solidão, nomeadamente a participação em eventos familiares, o cuidar dos netos ou o contacto através de visitas, que assumem um significado importante para a mulher idosa viúva (Rocha et al., 2005; Baldin & Fortes, 2008). Também as relações de amizade na idade adulta avançada se revestem de particular importância. Caracterizadas pelo companheirismo e apoio recíproco (Papalia et al., 2006), os amigos permitem o convívio através de troca de experiências e vivências comuns tendendo a assumir um papel importante como fonte de proteção (Papalia et al., 2006; Suzuki et al., 2012). Apesar da mulher idosa enlutada possuir uma rede de suporte social geralmente mais reduzida, a satisfação que sente pelo apoio recebido pode contribuir na superação da perda. A literatura refere que a mulher viúva que tem amigos a quem possa expressar os seus problemas pessoais tende a apresentar uma melhor adaptação à perda, o que contribui para uma diminuição dos seus problemas de saúde física e mental, um aumento do bem-estar emocional e a redução do isolamento (Lieberman, 1996, citado por Suzuki et al., 2012; Papalia et al., 2006). Mas se o apoio social é uma das principais estratégias na diminuição de sintomas experienciados durante o processo de luto, sejam físicos, cognitivos ou emocionais ou comportamentais (Balci-Celik et al., 2011), também a cultura em que a pessoa idosa está inserida pode determinar a adaptação à perda uma vez que os significados atribuídos ao luto são necessariamente diferentes (Papalia et al., 2006; Baldin & Fortes, 2008). Para que a pessoa

idosa enlutada possa reconhecer e desenvolver as suas habilidades e encontrar novas perspectivas e interesses, o contexto cultural e social poderá possibilitar uma melhor superação do luto através da promoção de atividades consoante as dificuldades (Parkes, 1998; Papalia et al., 2006; Ferreira et al., 2008; Both et al., 2012; Sousa & Baptista, 2015). Uma das formas de se envolver em atividades oferecidas pela comunidade onde reside é o trabalho voluntário, sendo uma forma de participação social através de ações de solidariedade que fomenta o desenvolvimento das próprias capacidades, a ocupação e reforça os contatos sociais (Baldin & Fortes, 2008). Para além de socialmente útil, é favorável na adaptação à perda (Baldin & Fortes, 2008). Também a participação das mulheres viúvas em grupos religiosos como uma estratégia relevante para enfrentar a morte do cônjuge, uma vez que permite o estabelecimento de relações sociais e a expressão de sentimentos, essenciais para a elaboração do luto (Rocha et al., 2005; Baldin & Fortes, 2008; Worden, 2009; Galicioli et al., 2012; Farinasso & Labate, 2012). O envolvimento nestes grupos têm efeitos positivos no bem-estar emocional, dado que facilita a aceitação da perda e pode levar a sentimentos de tranquilidade e esperança (Bucay, 2003; Baldin & Fortes, 2008; Farinasso & Labate, 2012). Alguns estudos sugerem que as crenças religiosas e espirituais são recursos elementares para enfrentar a perda e para a elaboração do luto (Papalia et al., 2006; Baldin & Fortes, 2008; Suzuki et al., 2012; Farinasso & Labate, 2012). A crença e a fé em Deus pode ajudar a mulher viúva a ter mais força e coragem, a preencher as faltas que ficaram ausentes após a perda (por exemplo, a falta da companhia do cônjuge a dormir), minimizando sentimentos de solidão e de sofrimento resultantes da perda do cônjuge (Baldin & Fortes, 2008; Farinasso & Labate, 2012). Podem proporcionar uma construção de significados positivos ao atribuído à morte, possibilitando assim entender-se a morte do cônjuge, e o que facilita a aceitação da realidade (Balci-Celik et al., 2011; Farinasso & Labate, 2012; Suzuki et al., 2012).

Por último, a literatura também aponta que o cuidado da casa, através dos afazeres domésticos, continua a ser uma atividade necessária na vida da mulher idosa, após a perda (Rocha et al., 2005; Baldin & Fortes, 2008). Destacam-se como principais benefícios a ocupação do tempo e a diminuição da solidão (Baldin & Fortes, 2008).

Observa-se que todas estas estratégias adaptativas permitem uma diminuição do stresse e podem aumentar a capacidade de resiliência associada ao luto, entendida como a capacidade de adaptação para lidar com situações stressantes. Neste sentido, a literatura também realça a necessidade de uma maior oferta de estratégias de *coping* que possibilitem à mulher viúva



superar o luto por perda do cônjuge, e em particular em contexto institucional (Both et al., 2013).

#### **1.2.1 Estratégias de superação mais comuns nas mulheres idosas institucionalizadas**

Com o aumento do número de pessoas idosas e as mudanças decorrentes na sociedade, a institucionalização ganhará uma maior expressão como resposta às necessidades das pessoas idosas (Pavan et al., 2008). Alguns estudos apontam para uma maior participação da mulher viúva na comunidade através da sua integração em respostas sociais como centros de dia, centros de convívio ou, ainda, universidades de terceira idade (Rocha et al., 2005; Buaes, 2007; Baldin & Fortes, 2008; Both et al., 2012), espaços de interação voltados para a ocupação dos tempos de ócio, incentivando à participação em distintas atividades. Os centros de dia promovem um conjunto de atividades tais como trabalhos manuais, artesanato, visitas e passeios culturais, atividade física, atividades de estimulação cognitiva (Oliveira, 2013). Já os centros de convívio também promovem este conjunto de atividades, mas com uma maior interação com a própria comunidade onde se inserem (Buaes, 2007; Baldin & Fortes, 2008). As universidades de terceira idade são uma resposta social mais recente, que pretende fomentar a educação ao longo da vida através de atividades de natureza educativa, culturais, sociais e de lazer (Jacob, 2012; Suzuki et al., 2012). Salienta-se que enquanto os centros de dia são frequentados, na sua maioria, por pessoas idosas que apresentam comprometimentos físicos e cognitivos leves, os centros de convívios e as universidades de terceira idade destinam-se essencialmente a pessoas idosas ativas (Oliveira, 2013). Uma vez que estas atividades favorecem novas experiências, aprendizagens, criação de novas relações sociais e afetivas e encontro de novos interesses, o envolvimento nestes espaços pode, deste modo, ajudar a idosa viúva a redefinir e reorganizar a sua identidade, contribuindo para o aumento da rede de suporte social e uma melhor qualidade de vida (Buaes, 2007; Suzuki et al., 2012). O facto das idosas viúvas se manterem ocupadas e ativas, desenvolvendo estratégias de *coping* para a superação do luto, possibilita que experienciem menos sentimentos de pesar e uma maior capacidade de resiliência em situações de stresse (Buaes, 2007; Sousa, 2014).

No entanto, quando as respostas sociais mencionadas, sobretudo a de centro de dia, não revelam respostas suficientes perante as necessidades da pessoa idosa, a alternativa tende a ser a estrutura residencial (Oliveira, 2014). Aqui, as mulheres viúvas tendem a apresentar mais dificuldades em lidar com as situações de stresse, e por conseguinte, em adaptarem-se à perda (Carvalho & Dias, 2011; Gonçalves et al., 2014; Sousa & Baptista, 2015). Deste modo, é

fundamental que a mulher idosa institucionalizada mantenha relações com a comunidade externa, nomeadamente familiares e amigos, para evitar e minimizar sentimentos de solidão e de isolamento. O contato com os familiares é imprescindível, sendo um suporte de apoio para enfrentar as mudanças decorrentes nesta nova realidade (Gonçalves et al., 2014; Sousa & Baptista, 2015). No entanto, existem situações em que a pessoa idosa em luto não tem apoio familiar, sendo relevante os profissionais dessas instituições estabelecerem, através de um contato social e afetivo, as tão importantes relações interpessoais emotivas e expressivas, assim como favorecerem outras relações externas de proximidade, como amigos e a comunidade (Espitia & Martins, 2006; Carvalho & Dias, 2011; Sousa & Baptista, 2015). Este facto pode ser essencial na elaboração do luto, uma vez que permite a expressão de sentimentos associados à perda.

Porém, as estruturas residenciais apresentam geralmente poucas atividades e a maioria delas adota um funcionamento uniformizado, onde os utentes têm pouca liberdade e autonomia (Pavan et al., 2008; Carvalho & Dias, 2011; Sousa & Baptista, 2015). A literatura refere que as mulheres idosas tendem a passar grande parte dos seus dias a ver televisão (Pavan et al., 2008; Gonçalves et al., 2014), o que não favorece a perceção de controlo sobre si próprias e do meio que as rodeia, bem como não proporciona contato com as restantes pessoas. As principais estratégias das idosas viúvas institucionalizadas identificadas são as atividades espirituais e religiosas, escutar rádio, realizar atividade física, fazer artesanato e passear (Pavan et al., 2008; Gonçalves et al., 2014; Sousa & Baptista, 2015). Quanto a esta última algumas estruturas residenciais permitem às pessoas idosas que apresentam condições físicas saírem da instituição, o que fomenta a sua autonomia (Pavan et al., 2008; Gonçalves et al., 2014). Mas a pouca oferta de atividades tem influência na adaptação à perda do cônjuge e na resiliência da pessoa idosa enlutada (Sousa & Baptista, 2015), pelo que se realça a importância das atividades que favoreçam o convívio e, sobretudo, o estabelecimento de novas ligações sociais e afetivas.

### **1.3. Revinculação**

A revinculação pode ser entendida como o estabelecimento de uma nova vinculação após a pessoa idosa enlutada se ter reorganizado emocionalmente (Rebelo, 2009). Segundo Rebelo (2009), para superar o luto por perda do cônjuge, a pessoa enlutada tem necessidade de estabelecer uma nova vinculação, constituindo essa 'o ponto final' da perda. No entanto, esta necessidade pode depender quer do género quer do contexto cultural onde se insere.

Num estudo realizado por Rocha e colaboradores (2005) com o objetivo de compreender a forma como mulheres viúvas casadas há mais de 25 anos lidam com a perda do companheiro, identificaram-se alguns motivos pelos quais essas tendem a não criar uma nova ligação afetiva: vivência de relações conjugais sem manifestações de amor, de forte ligação, de dependência do cônjuge, ou ainda, em algumas mulheres, pela ‘convicção moral’ de que não se deve ter mais do que um homem na vida (Rocha et al., 2005). Ao invés de se relacionarem amorosamente com pessoas do gênero masculino, as mulheres viúvas de idade avançada tendem antes a estabelecer relações de amizade com outras viúvas, observando-se, porém, um aumento gradual do seu envolvimento em grupos ou em respostas sociais, o que contribui em grande medida para o aumento da rede de suporte social e, conseqüentemente, da sua qualidade de vida (Rocha et al., 2005). No cômputo geral, a construção de novas relações de vinculação na vida destas mulheres baseia-se no cuidado, através de manifestações de carinho e de companheirismo no contexto de amizade (Capodieci, 2000 citado por Rocha et al., 2005; Rebelo, 2009).



### III CAPÍTULO - CLASSIFICAÇÃO INTERNACIONAL DE FUNCIONALIDADE, INCAPACIDADE E SAÚDE

---

Neste capítulo aborda-se o conceito de funcionalidade e a sua importância na vida da pessoa idosa e descreve-se a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) e a sua aplicabilidade.

#### 1. Conceito de funcionalidade

O processo de envelhecimento está associado a um conjunto de modificações físicas, psicológicas e sociais e que podem resultar na dificuldade das pessoas idosas se ajustarem às atividades do quotidiano devido à progressiva perda da sua capacidade funcional (Schneider & Irigaray, 2008; Sampaio & Luz, 2009; Fachine & Trompieri, 2012). Essas modificações tendem a refletir-se em várias situações da vida, afetando a capacidade de autonomia e de dependência, importantes na preservação da funcionalidade, resultando num desequilíbrio psíquico, assim como na execução das AVDs e AIVDs (Moraes et al., 2010). Em consequência, pode conduzir à restrição e limitação em executar atividades básicas essenciais ao quotidiano, ou mesmo à incapacidade (OMS, 2004; Parahyba & Simões, 2006; Sampaio & Luz, 2009; Quintana et al., 2014).

Assim sendo, o conceito de funcionalidade refere-se à capacidade biológica e emocional de lidar com questões que tendem a surgir com o processo de envelhecimento, assim como a capacidade de participação e de envolvimento, através de atividades, na sociedade (Schneider & Irigaray, 2008; Moraes et al., 2010). Relacionado com esse conceito é a avaliação funcional, que pode fornecer elementos úteis para o desenvolvimento de medidas de prevenção e de intervenção. Existem instrumentos com essa finalidade, respetivamente no que respeita aos fatores físicos, psicológicos e sociais que podem afetar o estado de saúde (Jr. Paixão & Reichenheim, 2005).

Deste modo, a avaliação funcional pode ser considerada uma ferramenta fundamental na minimização dos impactos negativos da perda de funcionalidade. Fomentar a capacidade funcional, ou seja, promover a autonomia e independência das pessoas idosas, reveste-se de elementar importância para uma melhor qualidade de vida e bem-estar. Como ferramenta que

se centra na manutenção da independência e da capacidade funcional surgiu a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).

### **1.1. Organização da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde**

Desenvolvida, em 2001, pela Organização Mundial de Saúde (OMS) com o objetivo de oferecer uma linguagem comum para os profissionais que trabalham nas áreas da saúde e social, contempla um conceito de saúde mais abrangente e integrador para a avaliação da funcionalidade humana (Ferreira et al., 2012; Machado et al., 2013; Castro et al., 2014; Quintana et al., 2014).

A CIF sugere uma nova visão da compreensão da funcionalidade e incapacidade, uma vez que se baseia em dois modelos, o biomédico e o social. Importa distinguir-se os dois modelos. No modelo biomédico, centrado no paciente, a incapacidade é entendida como uma consequência biológica do mau funcionamento do organismo, enquanto no modelo social a incapacidade é percebida como resultante da condição de saúde da pessoa, mas também de fatores ambientais (OMS, 2004; Sampaio & Luz, 2009). Assentando nestas duas visões com distintas perspetivas de atuação na saúde, a CIF propõe uma abordagem biopsicossocial baseada na interação entre as dimensões individuais biológica, psicológica e social, assim como com a dimensão contextual (OMS, 2004; Sampaio & Luz, 2009; Machado et al., 2013; Quintana et al., 2014). Esta nova abordagem tem como foco a funcionalidade voltada para o potencial e habilidades da pessoa (Castro et al., 2014) na interação dos componentes 'Funções do Corpo', 'Estruturas do Corpo' e 'Atividades e Participação' com os 'fatores ambientais' (meio em que a pessoa se insere) (Cieza et al., 2005; Castro et al., 2014). Trata-se, por isso, de uma 'ferramenta' que, através da sua abordagem biopsicossocial, pode ser utilizada de distintas formas, em distintos campos, e tanto a nível individual como institucional.

Entre as várias formas de aplicação da CIF estão a possibilidade de monitorização da evolução da pessoa, a formulação e a implementação de políticas públicas, a comparação com outros instrumentos, elaboração de *core sets*, assim como base para pesquisa ou intervenção nas variadas condições de saúde (Quintana et al., 2014; Ferreira et al., 2014).

Deste modo, é fundamental conhecer e compreender que a CIF está organizada por domínios da saúde (por exemplo, ver, ouvir andar e aprender), por domínios relacionados com a saúde (por exemplo, educação, transporte e interações sociais) e considera duas partes principais: a de funcionalidade e incapacidade e a dos fatores contextuais. E cada parte é constituída por

componentes: a primeira por “Funções do Corpo” (b), ‘Estruturas do Corpo’ (s), ‘Atividades e Participação’ (d) e a segunda parte da CIF, por ‘Fatores Ambientais’ (e) e ‘Fatores Pessoais’.

O componente ‘Funções do Corpo’ (b) refere-se às “funções fisiológicas dos sistemas orgânicos (incluindo as funções psicológicas)”, o componente ‘Estruturas do Corpo’ (s) refere-se aos “problemas nas funções ou na estrutura do corpo” (como um desvio importante ou uma perda), o componente ‘Atividade e Participação’ (d), sendo que atividade diz respeito à “execução de uma tarefa ou ação por um indivíduo” e participação ao “envolvimento numa situação da vida” e, por último, o componente ‘Fatores Ambientais’ (e), sendo aqueles “externos aos indivíduos que podem ter uma influência positiva ou negativa sobre o seu desempenho, enquanto membros da sociedade”, organizados por dois níveis, o individual (no ambiente do indivíduo, como por exemplo o domicílio) e o social (“estruturas sociais formais e informais, serviços e regras de conduta ou sistemas na comunidade ou cultura que têm impacto no indivíduo”) (OMS, 2004, p. 14-19). Já os ‘Fatores Pessoais’ são o “histórico particular da vida e do estilo de vida de um indivíduo e englobam as características do indivíduo”, como o gênero, a idade, os hábitos, a profissão, as características psicológicas individuais (OMS, 2004, p. 19). Esta última apresenta limitações relacionadas com a atividade como “dificuldades que os indivíduos podem encontrar na execução de tarefas” e restrições na participação como “problemas que um indivíduo pode experimentar no envolvimento em situações reais da vida” (OMS, 2004, p. 16). Todos os fatores mencionados (‘fatores ambientais’ e ‘fatores sociais’) também interagem com os primeiros três componentes descritos.

Após a descrição dos componentes, importa referir que cada um é constituído por vários domínios e que cada domínio tem unidade de classificação (UC) e subunidades de classificação (SUC), as quais têm códigos (OMS, 2004) (Tabela 1).

TABELA 1 - ORGANIZAÇÃO DA CIF E EXEMPLOS

Componente	Capítulo	Domínio	Unidade de Classificação (UC)	Subunidade de Classificação (SUC)	Códigos
<b>‘Funções do Corpo’ (b)</b>	‘Funções mentais’	‘Funções mentais globais (b110-b139)’	‘b110 - Funções da consciência’	‘b1101 - Continuidade da consciência’	‘b110’ ‘b1101’

A CIF tem sido utilizada na prática clínica em vários países, como a Alemanha e o Brasil, nomeadamente através de *core sets* (Ferreira et al., 2014). Consistem em listas resumidas de classificações da CIF que permitem identificar quer problemas quer potencialidades numa determinada condição de saúde, como por exemplo a musculoesquelética, a cardiopulmonar ou, ainda, o cancro da mama (Ferreira et al., 2014). A CIF engloba 1454 aspetos da funcionalidade, no entanto, para o desenvolvimento de *core sets*, devem-se avaliar apenas as categorias específicas e significativas de uma determinada condição de saúde (Riberto, 2011). A metodologia para a sua criação envolve várias etapas, nomeadamente as primeiras duas subfases, a da revisão da literatura e a da recolha de opinião de especialistas, assim como fases posteriores, como a que envolve análise estatística (Riberto, 2011; Ferreira et al., 2014). Permite, assim, definir as categorias da CIF devidamente seleccionadas (Riberto, 2011). A literatura apresenta como benefícios da aplicação de *core sets* o facto de ter presente aspetos que antes não considerados como determinantes na condição de saúde (como os fatores ambientais), o que possibilita uma melhor descrição da funcionalidade, assim como uma maior homogeneidade nas observações (Riberto, 2011; Ferreira et al., 2014). Neste sentido, considera-se de grande utilidade o desenvolvimento de *core sets* específicos (Riberto, 2011).



## **Parte II - Estudo empírico**

---

**Objetivos e metodologia**

**Apresentação e leitura dos resultados**

## IV CAPÍTULO - OBJETIVOS E METODOLOGIA UTILIZADA

---

Concluído o enquadramento teórico, são descritos neste capítulo, de forma detalhada, os 1) objetivos do estudo, as 2) considerações éticas, e a 3) metodologia utilizada: delimitação e desenho do estudo, seleção da amostra, os instrumentos utilizados na recolha de dados, os procedimentos efetuados e a análise e tratamento de dados.

### **1. Objetivos (geral e específicos)**

Passa-se a apresentar o objetivo geral e os objetivos específicos do presente estudo.

#### **1.1. Objetivo geral**

O presente estudo tem como finalidade explorar a relação entre o processo de superação do luto em pessoas idosas viúvas institucionalizadas com idade igual ou superior a 65 anos e a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).

#### **1.1. Objetivos específicos**

Os objetivos específicos deste estudo são: (i) compreender formas de superação do processo de luto em pessoas idosas viúvas institucionalizadas com idade igual ou superior a 65 anos; (ii) mapear essas formas de superação do processo de luto à CIF.

### **2. Considerações éticas**

O presente estudo foi submetido ao Observatório do Luto em Portugal, tendo obtido parecer favorável à sua realização (Anexo 1).

Após explicados às potenciais participantes voluntárias os objetivos do estudo, o seu enquadramento, a confidencialidade e anonimato, e serem informadas sobre o direito de poderem desistir do estudo sem penalizações e sem dar qualquer justificação, essas assinaram um termo de consentimento informado, livre e esclarecido. As informações do estudo, para

além de fornecidas oralmente, também se entregou um documento de informação a cada uma das participantes (Anexo 2). Ressalva-se que toda esta informação foi reforçada pela investigadora no decorrer do estudo.

Numa investigação qualitativa com recurso a uma entrevista semiestruturada, em que são expressos alguns aspetos pessoais das histórias de vida, foi necessário garantir a privacidade das informações que foram dadas a conhecer, tendo-se salvaguardado a identificação de cada participante. Nesse sentido, foi garantido o anonimato de todas as participantes, assim como a confidencialidade das informações prestadas. Toda a informação recolhida foi codificada com a atribuição de um ID a cada uma das participantes e guardada num local distinto dos consentimentos informados.

### **3. Metodologia**

Passa-se a apresentar a delimitação e desenho do estudo, a seleção da amostra, os instrumentos utilizados, os procedimentos efetuados e a análise e tratamento dos dados.

#### **3.1. Delimitação e desenho do estudo**

O presente estudo caracteriza-se como de natureza exploratória uma vez que visa explorar um tema que ainda não se encontra na literatura científica. A abordagem de investigação utilizada é do tipo qualitativo e transversal descritivo. Pretende estudar vivências das participantes através da recolha e análise de dados não numéricos, durante um determinado período de tempo, com o objetivo de situar o seu significado num contexto particular (Bogdan et al., 1994; Jacob, 2005) e associá-los à CIF.

#### **3.2. Seleção da amostra**

A amostra utilizada foi do tipo não probabilista, objetiva e por conveniência, constituída por 14 idosas viúvas com idade igual ou superior a 65 anos. As participantes encontravam-se a frequentar um centro de dia (CD) ou a residir numa estrutura residencial para pessoas idosas (ERPI): Centro Comunitário da Gafanha do Carmo e Centro Comunitário de Vera Cruz (concelho de Aveiro), e Centro Social e Paroquial de Figueiró e Centro Social e Paroquial de Sanfins de

Ferreira (concelho de Paços de Ferreira, Porto). Foram estabelecidos os seguintes critérios de inclusão: i) ter idade igual ou superior a 65 anos; ii) ter vivenciado (ou a vivenciar) a perda do cônjuge; iii) estar institucionalizada; iv) obter uma pontuação igual ou inferior a 4 no instrumento de avaliação cognitiva Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental (*Short Portable Mental Status Questionnaire*, SPMQ).

O número total de participantes da amostra foi de 14, número a partir do qual se considerou ter começado a registar-se uma saturação dos dados, ou seja, desde o momento que se verificou que os dados começaram a apresentar uma certa repetição. O ponto de saturação determina-se quando nenhum novo elemento amplia o número de propriedades do objeto investigado, pelo que posteriores observações deixam de ser necessárias (Thiry-Cherques, 2009).

### **3.3. Procedimentos efetuados**

Os procedimentos efetuados para o desenvolvimento do presente estudo foram concretizados em duas etapas: a primeira, quando se procedeu ao primeiro contacto com os responsáveis de várias instituições que reuniam utentes com as características necessárias para participarem no estudo, e a segunda etapa, quando se procedeu à aplicação do protocolo ao conjunto de participantes para a recolha de dados.

Na primeira etapa, após tomar conhecimento de quais as instituições que tinham utentes com as condições pretendidas, foi entregue aos respetivos responsáveis um pedido de autorização para a recolha de dados (Anexo 3), bem como um documento para os familiares a explicar o estudo e as condições de participação do seu familiar (Anexo 4). Este documento foi também entregue às instituições que o consideraram necessário para consentirem a recolha de dados.

Após o parecer das instituições, foi iniciado o trabalho de campo, passando-se, assim, à segunda parte dos procedimentos. Para a seleção das possíveis participantes contou-se com a identificação, por parte dos responsáveis das instituições, de possíveis utentes que poderiam integrar no presente estudo. Seguidamente passou-se à recolha de dados, realizada com recurso a um protocolo (Anexo 5) que englobou quatro partes distintas: a primeira, referente às informações sociodemográficas; a segunda, referente à aplicação do instrumento Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental – 10 itens para se sinalizar indivíduos sem défices

cognitivos; a terceira, relativa à aplicação do Inventário de Luto Complicado; e, a quarta parte, a realização de uma entrevista semiestruturada sobre o processo vivencial do luto.

A recolha de dados foi efetuada entre 24 de fevereiro e 19 de março de 2015. Após sinalizadas as potenciais participantes, procedeu-se à marcação prévia do dia e da hora de acordo com as instituições e com a possibilidade das possíveis participantes do estudo para a aplicação do protocolo. Procurou-se realizar a aplicação do protocolo numa sala onde se pudesse ter privacidade. Primeiramente foi entregue às potenciais participantes uma folha de informações (Anexo 2) que continha a explicação do estudo, o seu procedimento e os principais motivos a que o mesmo se destinava. Às possíveis participantes que não sabiam ler a investigadora leu e explicou as informações. De seguida, foi aplicado o questionário de informações sociodemográficas, bem como o Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental – 10 itens. Caso não apresentassem défices cognitivos, poder-se-ia prosseguir com a aplicação do protocolo. Foi também aplicado o Inventário de Luto Complicado (ILC) e, passou-se à realização da entrevista semiestruturada sobre o processo vivencial do luto. Antes de se iniciar, foi entregue o consentimento informado, livre e esclarecido. As participantes deram a sua autorização para que as conversas pudessem ser audiogravadas, o que facilitaria o posterior tratamento das informações recolhidas. Foram realizadas 14 entrevistas semiestruturadas, cuja duração média foi de 33,14, sendo a mais longa de 55:09 minutos e a mais curta de 11:22 minutos (Anexo 6). Este tipo de entrevista afigurou-se como o mais adequado aos objetivos do estudo, uma vez que, para além do guião prévio, permitiu introduzir novas questões por forma a facilitar a livre expressão das vivências sentidas.

### **3.4. Instrumentos utilizados**

No desenvolvimento do estudo foram utilizados os seguintes instrumentos: (1) Questionário de informação sociodemográfica; (2) Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental – 10 itens (*10-item Short Portable Mental Status Questionnaire, SPMSQ*); (3) Inventário de Luto Complicado (ILC); e (4) Entrevista semiestruturada sobre o processo vivencial do luto.

#### **(1) ‘Questionário de informação sociodemográfica’**

Este questionário pretendeu recolher informações sociodemográficas tais como: género, idade, estado civil, escolaridade, número de filhos, data de nascimento, localidade geográfica,

há quanto tempo faleceu o ente querido, circunstâncias da sua morte, instituição que reside ou frequenta, toma de medicação antidepressiva, soníferos ou ansiolíticos, e tempo de toma de medicação. Este questionário encontra-se presente no protocolo e foi aplicado antes da realização da entrevista semiestruturada.

## **(2) ‘Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental – 10 itens’**

O Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental consiste (10-item *Short Portable Mental Status Questionnaire*, SPMSQ; Pfeiffer, 1973, traduzido e adaptado por Rodrigues, 2008) num conjunto de 10 questões de resposta rápida (1 a 10) com a finalidade de avaliar a presença ou não de défice da função cognitiva, permitindo definir se a pessoa está apta para continuar a responder ao protocolo do estudo ou se é necessário obter respostas por um informante qualificado. A avaliação deste instrumento é baseada segundo os erros: 0-2 erros (funcionamento mental normal); 3-4 erros (defeito cognitivo ligeiro); 5-7 (defeito cognitivo moderado); 8 ou mais erros (defeito cognitivo grave) (Rodrigues, 2008). É de referir duas exceções relativas ao número de respostas erradas, sendo aceite mais um erro na pontuação se a pessoa tiver frequentado até ao ensino básico e menos um erro se a pessoa tiver frequentado o ensino secundário ou superior. Em situações que se erre em mais do que quatro questões, o que constitui um critério de exclusão, o entrevistado não poderá continuar a prestar mais informações. No entanto, estudos evidenciam que, por vezes, quando o avaliado erra mais de quatro respostas pode dever-se a falta de informação ou a ansiedade devida à confrontação inicial com o entrevistador. Desta forma, mesmo que ocorram os quatro erros, deve ser deixado ao critério do entrevistador se a entrevista poderá ou não prosseguir.

Escolheu-se este instrumento devido à sua brevidade e por se encontrar validado para a população portuguesa. O instrumento foi validado através da validação do Questionário de Avaliação Multidimensional de Idosos (*Older Americans Resources and Services Program - OARS*), que avalia a capacidade funcional em cinco áreas fundamentais. O OARS é composto por duas partes, a parte A, que consiste na avaliação de cinco áreas funcionais, e a parte B, que avalia a utilização e a necessidade percebida de serviços. A aplicação da parte A inicia-se com o instrumento de avaliação cognitiva utilizado, o SPMSQ, em particular na componente *Multidimensional Functional Assessment Questionnaire* que avalia em termos funcionais as áreas de saúde mental, recursos sociais, recursos económicos, saúde física e atividades de vida diária. A versão original do questionário OARS foi traduzida para português por Rodrigues

(2008), sendo denominada de Questionário de Avaliação Funcional Multidimensional de Idosos (QAFMI). Esta versão portuguesa foi aplicada a 303 idosos (147 residentes em lares e 155 utentes da resposta social centro dia) no distrito de Aveiro, Castelo Branco, Coimbra, Leiria, Guarda e Viseu. Em relação às suas propriedades psicométricas, para verificar a coerência interna e a validade de construção da adaptação da versão portuguesa, foi realizada uma análise fatorial dos itens subjetivos (alfa de *Cronbach* superior a 0,80, o que indica uma boa consistência interna), agrupando-os tal como na versão original.

### **(3) 'Inventário de Luto Complicado' (ILC)**

Este instrumento foi criado por Prigerson e colaboradores, em 1995, com a finalidade de avaliar sintomas que possam indicar a presença de luto não complicado (*Inventory of Complicated Grief*, ICG; Prigerson et al., 1995, traduzido e adaptado por Frade e Rocha, 2010). É composto por 19 itens relacionados com as dificuldades por vezes sentidas pelas pessoas após acontecimentos de vida difíceis. O ILC caracteriza-se por ser numa escala tipo *Likert* com quatro hipóteses de resposta: (0 = “nunca”; 1 = “raramente”; 2 = “às vezes”; 3 = “muitas vezes”; 4= “sempre”). A pessoa deve escolher a alternativa que melhor descreve como se sente em relação a uma situação de luto. A avaliação de sintomas de luto é feita através da contagem dos números atribuídos nos 19 itens. Se a pessoa apresentar (ICG total > 25) indica a presença de luto complicado.

Em 2010, Frade e Rocha traduziram e validaram o ILC para a população portuguesa. Para verificar a coerência interna e a validade de construção desta adaptação da versão portuguesa foi realizada a análise fatorial, revelando um satisfatório ajustamento global. Aplicada a 127 estudantes universitários, foram avaliadas as características gerais da escala, a fidelidade (alfa de *Cronbach* igual a 0,91, o que indica uma boa consistência interna) e validade (5 fatores explicaram 68,9% da variância, e correlações com a sintomatologia depressiva ( $r = 0,50$ ) e traumática ( $r = 0,53$ ). Os resultados revelaram boas propriedades psicométricas da versão portuguesa do ILC.

### **(4) 'Entrevista semiestruturada sobre o processo vivencial do luto'**

A entrevista é um método de recolha de dados através da comunicação verbal entre duas pessoas, o entrevistador e o respondente (Fortin, 2009). Uma das características principais da

entrevista semiestruturada é a utilização de um roteiro previamente elaborado, que serve de eixo orientador ao seu desenvolvimento. Não é exigido uma ordem rígida nas questões, sendo que o entrevistador vai adaptando as questões no decorrer da entrevista (Fortin, 2009).

A entrevista semiestruturada sobre o processo vivencial do luto (adaptado de Sousa, 2013) focaliza-se no processo de superação do luto, sobre o qual existe um roteiro com três pontos principais: 1) Sente-se, neste momento, em luto?; 2) Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa; e 3) Fale-me acerca do que sentiu após a perda do seu ente querido (dentro da família, dos amigos, da profissão, condição de saúde, situação socioeconómica): ‘O que mudou na sua vida?/ Como fez (ou faz) a superação da dor? (sentimentos de dor experienciados) / Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?/ Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?/ O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?’.

De seguida, passa-se a descrever como foi realizada a análise e o tratamento dos dados.

### 3.5. Análise e tratamento dos dados

Depois de realizadas as entrevistas semiestruturadas, passou-se à transcrição de cada uma. Esta foi uma tarefa morosa e difícil, pois muitas vezes não se compreendiam certas partes devido às características do discurso oral das participantes. Dado que estes apresentavam erros gramaticais, entre outros aspetos, foram feitas algumas alterações na transcrição com o intuito de facilitar a sua leitura e compreensão, sem se modificar os discursos. Por exemplo, nas palavras com erros, colocou-se em parêntesis retos a palavra escrita corretamente (*meti* [metia]); em casos de expressões ou palavras não compreendidas foi colocado [impercetível]; em situações como a falta de uma palavra para uma melhor compreensão, colocou-se entre parênteses essas palavras (‘E ele (marido) apareceu-nos’); nas palavras que não se tinha conhecimento do respetivo significado, colocou-se em parêntesis retos o seu eventual significado (‘Das tricanas [raparigas do povo ou do campo]’); outra regra adotada foi o uso deste sinal [?] em expressões ou palavras que não se compreendiam.

As transcrições foram posteriormente conferidas com as gravações originais, o que implicou múltiplas audições e leituras. De maneira a preservar a confidencialidade e o anonimato das participantes, todas as transcrições foram codificadas com recurso à sigla “ID” e com o número referente à ordem em que foram realizadas (de ID1 a ID14) (Anexo 6).



Para análise destes dados obtidos utilizou-se como método a análise de conteúdo, que possibilita ao investigador analisar e categorizar os elementos dos textos (Caregnato & Mutti, 2006). Para simplificar a interpretação dos dados relativos ao segundo ponto da entrevista (vida adulta antes da perda), organizaram-se os dados por categorias e subcategorias, com recurso a uma tabela para facilitar a análise (Anexo 7). Referente às perguntas sobre as vivências após a perda do cônjuge procedeu-se à classificação dos dados com recurso a uma tabela (Anexo 8). Primeiramente foram selecionados os discursos referentes a cada pergunta e, de seguida, por discurso, identificou-se o conceito significativo (o que era mais importante) e qual a informação adicional (informações presentes no discursos ou não). Esta organização e interpretação dos discursos possibilitou, através da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) e da classificação de Nd (não definível da CIF), a classificação dos dados. Foram, utilizadas duas das quatro naturezas de Nd desenvolvidas por Cieza e colaboradores (2005): nd-sm (saúde mental não definível) e nd-qv (qualidade de vida não definível).

Deste modo, passa-se, de seguida, à apresentação e leitura dos resultados obtidos.



## V CAPÍTULO - APRESENTAÇÃO E LEITURA DOS RESULTADOS

---

Este capítulo incide na apresentação e leitura dos resultados obtidos no presente estudo, dividido em duas partes. Numa primeira parte, apresenta-se a caracterização geral da amostra, nomeadamente as informações sociodemográficas, os dados relativos à vida antes da perda, e os resultados do Inventário de luto Complicado. Numa segunda parte, procede-se à apresentação e leitura de quatro análises: (i) análise por pergunta, ID, unidades de classificação e subunidades de classificação da CIF; (ii) análise por componentes, ID, unidades de classificação e subunidades de classificação da CIF; (iii) análise por perguntas, componentes, e unidades de classificação e subunidades de classificação da CIF; e (iv) análise das unidades de classificações mapeadas no presente estudo e as da *Checklist* geral CIF.

### 1. Caracterização geral da amostra

Neste ponto passa-se a apresentar a caracterização geral da amostra, constituída por três partes: i) informações sociodemográficas; ii) vida adulta antes da perda; e iii) resultados do Inventário de Luto Complicado.

#### 1.1. Caracterização da amostra por informação sociodemográfica

Tendo como três dos critérios de inclusão do presente estudo o ter idade igual ou superior a 65 anos, o ter vivenciado (ou a vivenciar) a perda do cônjuge, e o estar institucionalizada, a amostra é constituída por 14 mulheres viúvas com mais de 65 anos, que frequentam um centro de dia ou que residem numa estrutura residencial. Passa-se a apresentar, com diferenciação entre os dois equipamentos gerontológicos, as variáveis sociodemográficas requeridas a cada participante, nomeadamente, a idade, a escolaridade, o número de filhos, a localidade geográfica, as circunstâncias da morte, o tempo decorrido desde que faleceu o cônjuge, a toma de medicação antidepressiva, soníferos ou ansiolíticos e, por fim, há quanto tempo toma medicação de forma detalhada.

No que diz respeito à frequência das participantes por equipamentos gerontológicos, 9 (64,3%) residem numa estrutura residencial para pessoas idosas e 5 (35,7%) frequentam um centro de dia (Tabela 2).

**TABELA 2 – CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA POR EQUIPAMENTO GERONTOLÓGICO**

EQUIPAMENTO GERONTOLÓGICO	ESTRUTURA RESIDENCIAL N (%)	CENTRO DE DIA N (%)	TOTAL N (%)
PARTICIPANTES	9 (64,3)	5 (35,7)	14 (100)

No que concerne à idade, a média do total da amostra é de 81,3 anos, sendo as idades compreendidas entre os 71 e os 91 anos (Tabela 3). Relativamente à média de idades das participantes que estão em regime de estrutura residencial é de 84,8, e a das que frequentam um centro de dia, de 75,0 anos.

**TABELA 3 – CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA POR IDADE**

IDADE	ESTRUTURA RESIDENCIAL N (%)	CENTRO DE DIA N (%)	TOTAL N (%)
71-81	2 (22,0)	4 (80,0)	6 (42,9)
82-91	7 (77,8)	1 (20,0)	8 (57,1)

Aquando analisado o nível de escolaridade das participantes, verifica-se que, 5 não sabem ler nem escrever; 1 estudou até ao 2º ano de escolaridade, 3 até ao 3º ano de escolaridade, 4 até ao 4º ano de escolaridade e 1 até ao 5º ano de escolaridade (Tabela 4).

**TABELA 4** - CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA POR NÍVEL DE ESCOLARIDADE

NÍVEL DE ESCOLARIDADE	ESTRUTURA RESIDENCIAL N (%)	CENTRO DE DIA N (%)	TOTAL N (%)
NÃO SABE LER NEM ESCRIVER	4 (44,4)	1 (20,0)	5 (35,7)
ATÉ AO 2º ANO	1 (11,1)	0 (0,0)	1 (7,1)
ATÉ AO 3º ANO	1 (11,1)	2 (40,0)	3 (21,4)
ATÉ AO 4º ANO	2 (22,2)	2 (40,0)	4 (28,6)
ATÉ AO 5º ANO	1 (11,1)	0 (0,0)	1 (7,1)

O número de filhos das participantes da amostra encontra-se compreendido entre 1 filho a 11 filhos (TABELA 5). Dez participantes com 1 a 3 filhos, uma com 4 a 6 filhos, uma com 7 a 9 filhos e, por último, duas participantes com 10 a 12 filhos. Pode-se observar que existe uma maior percentagem 71,4 % na classe de 1 a 3 filhos no conjunto de participantes de estrutura residencial e centro de dia.

**TABELA 5** - CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA POR NÚMERO DE FILHOS

NÚMERO DE FILHOS	ESTRUTURA RESIDENCIAL N (%)	CENTRO DE DIA N (%)	TOTAL N (%)
1-3	8 (88,9)	2 (40,0)	10 (71,4)
4-6	0 (0,0)	1 (20,0)	1 (7,1)
7-9	1 (11,1)	0 (0,0)	1 (7,1)
10-12	2 (22,2)	0 (0,0)	2 (14,3)

No que diz respeito à localidade geográfica onde residem, 8 participantes são oriundas do meio urbano e 6 participantes do meio rural (TABELA 6). No conjunto de participantes verifica-se que as percentagens são relativamente próximas, tendo o meio urbano 57,1 % e o meio rural 42,9% do total da amostra.

**TABELA 6** - CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA POR LOCALIDADE GEOGRÁFICA

LOCALIDADE GEOGRÁFICA	ESTRUTURA RESIDENCIAL N (%)	CENTRO DE DIA N (%)	TOTAL N (%)
URBANO	3 (33,3)	5 (100)	8 (57,1)
RURAL	6 (66,7)	0 (0,0)	6 (42,9)

A perda do cônjuge foi relativamente maior por morte esperada (11 participantes, 78,6 %) do que por morte súbita (3 participantes, 21,4%) (TABELA 7).

**TABELA 7** - CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA POR CIRCUNSTÂNCIA DA MORTE

CIRCUNSTÂNCIA DA MORTE	ESTRUTURA RESIDENCIAL N (%)	CENTRO DE DIA N (%)	TOTAL N (%)
MORTE ESPERADA	7 (77,8)	4 (80,0)	11 (78,6)
MORTE SÚBITA	2 (22,2)	1 (20,0)	3 (21,4)

O tempo decorrido após a morte do cônjuge está compreendido entre 4 meses e 22 anos. O conjunto de participantes cujo cônjuge faleceu entre 1 a 4 anos (8 participantes, 57,1 %) é superior ao número de participantes nos restantes tempos (TABELA 8).

**TABELA 8** - CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA POR TEMPO DECORRIDO APÓS A MORTE DO CÔNJUGE

TEMPO DECORRIDO APÓS A MORTE DO CÔNJUGE	ESTRUTURA RESIDENCIAL N (%)	CENTRO DE DIA N (%)	TOTAL N (%)
>1 ANO	0 (0,0)	1 (20,0)	1 (7,1)
1-4	6 (66,7)	2 (40,0)	8 (57,1)
5-9	1 (11,1)	1 (20,0)	2 (14,3)
10-14	0 (0,0)	0 (0,0)	0 (0,0)
15-18	1 (11,1)	0 (0,0)	1 (7,1)
19-22	1 (11,1)	1 (20,0)	2 (14,3)

Relativamente à toma de medicação (antidepressiva, soníferos ou ansiolíticos) o número de participantes que o faz corresponde ao total da amostra (14 participantes, 100%) (Tabela 9).

**TABELA 9** - CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA POR TOMA DE MEDICAÇÃO

TOMA DE MEDICAÇÃO	ESTRUTURA RESIDENCIAL N (%)	CENTRO DE DIA N (%)	TOTAL N (%)
SIM	9 (100)	5 (100)	14 (100)
NÃO	0 (0,0)	0 (0,0)	0 (0,0)

Relativamente ao tempo de toma de medicação, está compreendido entre 1 mês a 50 anos. Pode-se observar na tabela 10 que 6 participantes referiram o tempo de medicação e que as restantes participantes (8) não sabem há quantos anos a tomam. Das primeiras participantes, 3 referem entre 2 a 18 anos e 2 entre 36 a 51 anos.

**TABELA 10** - CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA POR TEMPO DE TOMA DE MEDICAÇÃO

TOMA DE MEDICAÇÃO	ESTRUTURA RESIDENCIAL N (%)	CENTRO DE DIA N (%)	TOTAL N (%)
<1 ANO	0 (0,0)	1 (11,1)	1 (7,1)
2-18 (ANOS)	2 (22,2)	1 (11,1)	3 (21,4)
19-35 (ANOS)	0 (0,0)	0 (0,0)	0 (0,0)
36-51 (ANOS)	2 (22,2)	0 (0,0)	2 (14,3)
NÃO SABE	5 (55,6)	3 (60,0)	8 (57,1)

Depois de concluída a caracterização das participantes do estudo segundo a informação sociodemográfica prossegue-se para a caracterização por vida antes da perda do cônjuge (ponto 2 da entrevista semiestruturada).

### 1.2. Caracterização da amostra por vida antes da perda do cônjuge

Tendo como base o ponto 2 da entrevista semiestruturada aplicada às participantes (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”), consideraram-se quatro categorias de acordo com os principais aspetos da questão abordada: (1) ‘vida’, (2) ‘origens’, (3) ‘diversão’ e (4) ‘meio’. Por cada uma foram encontradas subcategorias que emergiram das 14 do discurso das participantes. Após a definição de subcategorias, foram escolhidas as ideias mais significativas correspondentes a cada uma dessas (Apêndice 3). De ressaltar que tanto as categorias como as subcategorias definidas são consideradas na CIF como Fatores Pessoais, ou seja, não são passíveis de classificação por domínio, unidade e subunidade (de classificação).

Dentro da (1) categoria vida incluem-se as seguintes subcategorias: ‘relações familiares’, ‘características dos pais’, ‘estudos’, ‘trabalho’, ‘namoro’, ‘casamento’, ‘ambiente familiar’ ‘estado de saúde’ e, por último, ‘circunstâncias da perda’.

Na subcategoria ‘relações familiares’, oito participantes referiram que a sua família era numerosa e que, por diferentes motivos (separação ou morte do pai), seis referiram que viviam com a mãe, indicando nos seus discursos a figura maternal como cuidadora e que



trabalhava para conseguir criar os seus filhos. Na subcategoria 'características dos pais', três participantes referiram que os pais tinham atitudes conservadoras, que não as deixavam sair, ir aos bailes; uma das participantes apenas saía para ir à missa ou ao terço. Três participantes referiam que os pais trabalhavam, sobretudo em atividades piscatórias, bem como em outras como costureira e vendedora de peixe. No período em que as participantes nasceram a religião era muito importante para a sociedade, como se verificou nos discursos de duas participantes cujas famílias eram muito religiosas. Quanto à subcategoria 'estudos', o acesso à escola era limitado, como referido por uma participante, que tinha que cuidar dos irmãos e, por isso, não pode ir para a escola. No entanto, três participantes referiram que frequentaram a escola, duas ajudavam os pais, sobretudo em trabalhos ligados à agricultura, apesar de andarem na escola. Relativo à subcategoria 'trabalho', um número significativo de participantes (sete) referem que começaram a trabalhar cedo, durante a sua infância e adolescência, para ajudar os pais. O cuidar da casa e dos filhos é referido por três participantes e quatro trabalhavam em suas casas na agricultura, como forma de sustento. Na subcategoria 'namoro', verifica-se na maioria dos discursos que passado pouco tempo de conhecer os seus futuros maridos, começavam a namorar. A forma como os conheceram também é referida pelas participantes: frequentavam o mesmo lugar, como trabalhar no mesmo sítio (duas participantes); em festas, bailes (três participantes); eram vizinhos (duas participantes); e o marido costumava ir a casa dela (duas participantes). Relativamente à subcategoria 'casamento' grande parte das participantes (dez) referiu nos seus discursos que tiveram uma boa relação conjugal, mencionado palavras como amigos e carinhoso. Destas dez participantes, seis referiram que os maridos estavam muito tempo sem vir a casa devido ao trabalho (trabalhavam em atividades ligadas com a pesca e o mar). As mulheres ficavam sobretudo em casa a cuidar dos filhos e do lar. Duas participantes apresentam uma relação conjugal sem vínculo afetivo: uma participante referiu que sabia que o seu marido estava com outras mulheres enquanto ela se encontrava em casa. Na subcategoria 'ambiente familiar', duas participantes manifestaram um mau ambiente. Quanto à subcategoria 'estado de saúde', cinco participantes referiram problemas de saúde: destas cinco, uma referiu que passou a ter problemas de saúde devido ao cuidado que prestou ao cônjuge quando este se encontrava doente. Por último, na subcategoria 'circunstâncias da perda', um número considerável de participantes (nove) referiu vivências antes da perda do cônjuge nas situações de morte esperada.

No que diz respeito às restantes três categorias, na de (2) 'origens' não se atribuiu nenhuma subcategoria uma vez que apenas duas participantes referiram aspetos da sua vida neste âmbito. A (3) categoria 'diversão' inclui a subcategoria 'atividades de lazer', com oito participantes, em que as atividades mais referidas foram ir ao cinema e aos bailes. Por fim, a (4) categoria 'meio' inclui a subcategoria 'dificuldades socioeconómicas', onde cinco participantes referiram dificuldades que atravessaram, como irem a pé para o trabalho, por possuir poucos recursos económicos. Uma participante referiu ainda que teve que deixar de trabalhar para cuidar do filho, pois não havia nem amas nem infantários.

### 1.3. Resultados do Inventário de Luto Complicado (ILC)

Consistindo num instrumento que avalia se as pessoas apresentam ou não luto complicado, foi aplicado no presente estudo com o objetivo de verificar-se a existência de alguma relação ou padrão distinto entre os dois tipos de luto nas respostas relativas ao processo de superação do luto por perda do cônjuge (TABELA 11).

**TABELA 11** – CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA POR TIPO DE LUTO

INVENTÁRIO DE LUTO COMPLICADO	ESTRUTURA RESIDENCIAL N (%)	CENTRO DE DIA N (%)	TOTAL N (%)
LUTO COMPLICADO	2 (22,2)	2 (40,0)	4 (28,6)
LUTO NORMAL	7 (77,8)	3 (60,0)	10 (71,4)

Do conjunto de participantes que vivenciaram (ou vivenciam) o luto por perda do cônjuge 4 (28,6 %) manifestam a presença de luto complicado.

## **2. Análise dos resultados mapeados à Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde**

O mapeamento dos dados relativos à superação do processo de luto por parte das participantes tendo por base o referencial da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) será apresentado em quatro análises distintas: 2.1. análise por pergunta, ID e unidades e subunidades de classificação; 2.2. análise por componentes, ID e unidades e subunidades de classificação; 2.3. análise por componentes, perguntas e unidades e subunidades de classificação; e 2.4. comparação dos resultados obtidos com a *Cheklis*t geral da CIF (Anexo 9). Procede-se, deste modo, à apresentação e leitura dos resultados.

### **2.1. Análise por pergunta, ID e unidades e subunidades de classificação**

Esta primeira análise está organizada por 5 perguntas (2.1.1. ‘O que mudou na sua vida?’; 2.1.2. ‘O que fez (ou faz) para superar a dor da perda?’; 2.1.3. ‘Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?’; 2.1.4. ‘Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?’; 2.1.5. ‘O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?’) e por unidades de classificação (UC) e subunidades de classificação (SUC) da CIF. Nas referências que não foram passíveis de se classificarem numa UC e/ou SUC, aplicou-se a classificação ‘nd’ (não definível) categorizada em duas naturezas: nd-sm (saúde mental não definível) e nd-qv (qualidade de vida não definível).

#### **2.1.1. Pergunta ‘O que mudou na sua vida?’**

No que se refere à primeira pergunta ‘O que mudou na sua vida?’, as classificações que foram mapeadas surgem em 5 capítulos (Funções mentais globais, Funções da voz e da fala, Vida doméstica, Áreas principais da vida, Serviços, sistemas e políticas), e em 3 domínios (Funções mentais específicas, Tarefas domésticas, Vida económica). Verifica-se 3 UC, 2 SUC diferentes e 2 referentes à classificação nd-sm (saúde mental não definível) e nd-qv (qualidade de vida não definível) (Quadro 1). Consoante as classificações, estas são referidas por 1 a 8 participantes.

QUADRO 1- 'O QUE MUDOU NA SUA VIDA' POR ID, UC E SUC DA CIF

ID	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	ID9	ID10	ID11	ID12	ID13	ID14	Total de ID
CLASSIFICAÇÃO															
b152	.	.	.	.	(1)	.	.	.	.	(1)	.	(2)	.	(1)	
b310	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
d640	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
d8700	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	
e5750	(2)	.	.	.	.	.	(1)	(1)	(1)	.	.	.	.	.	
nd-sm	.	.	.	.	.	.	(1)	.	.	.	.	(1)	.	.	
nd-qv	(1)	(1)	(1)	.	(1)	.	(1)	(1)	(1)	(1)	.	.	.	.	
TOTAL	3	1	2	1	2	0	3	3	2	2	0	3	0	1	

Legenda: b152 (funções emocionais) / b310 (funções da voz) / d640 (realizar as tarefas domésticas) / d8700 (recursos económicos pessoais) / e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral) / nd-sm (saúde mental não definível) / nd-qv (qualidade de vida não definível)

A classificação nd-qv (qualidade de vida não definível) foi referida por oito participantes. Este número significativo encontra-se relacionado com experiências vividas pelas participantes que se caracterizam sobretudo pelo sentimento de falta do companheiro e por mudanças na vida. A classificação b152 (funções emocionais) foi mencionada por quatro participantes. Este resultado refere-se às mulheres viúvas participantes que após a perda do cônjuge manifestam sentimentos e emoções de tristeza. A classificação e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral) foi referida por quatro participantes. Por fim, a classificação nd-sm (saúde mental não definível) foi mencionada por duas participantes.

### 2.1.2 Pergunta 'O que fez (ou faz) para superar a dor da perda?'

Relativamente à segunda pergunta 'O que fez (ou faz) para superar a dor da perda?', as classificações que foram mapeadas surgem num só capítulo (Funções mentais), e em 1 domínio (Funções mentais específicas). Verifica-se 1 UC, (nenhuma SUC) e 2 classificações referentes à classificação nd-sm (saúde mental não definível) e nd-qv (qualidade de vida não definível) (Quadro 2).

**QUADRO 2** – ‘O QUE FEZ (OU FAZ) PARA SUPERAR A DOR DA PERDA?’ POR ID, UC E SUC DA CIF

ID	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	ID9	ID10	ID11	ID12	ID13	ID14	Total de ID
CLASSIFICAÇÃO															
b152	(2)	(1)	(1)	(1)	(1)	(1)	(3)	(4)	(2)	.	(1)	(3)	(2)	(5)	
nd-sm	.	(1)	.	(1)	(2)	(1)	(3)	(2)	(1)	(3)	.	(1)	.	.	
nd-qv	.	(1)	.	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	(1)	.	
TOTAL	2	3	1	2	3	2	7	6	3	3	1	4	3	5	

Legenda: b152 (funções emocionais) / nd-sm (saúde mental não definível) / nd-qv (qualidade de vida não definível).

A classificação b152 (funções emocionais) apresenta treze participantes, a classificação nd-sm (saúde mental não definível) menciona nove participantes e, por último, a classificação nd-qv (qualidade de vida não definível) apresenta três participantes.

### 2.1.3 Pergunta ‘Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?’

No que se refere à terceira pergunta ‘Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?’ as classificações que foram mapeadas pertencem a 6 capítulos (Tarefas e exigências gerais, Mobilidade, Vida doméstica, Interações e relacionamentos interpessoais, Vida comunitária, social e cívica, Serviços, sistemas e políticas) e surgem em 4 domínios (Andar e deslocar-se, Tarefas domésticas, Cuidar dos objetos da casa e ajudar os outros, Relacionamentos interpessoais particulares). Constata-se que é a pergunta mais predominante de todas as da entrevista semiestruturada, uma vez que apresenta 20 diferentes classificações (7 UC e 13 SUC) (QUADRO 3). Nesta mesma pergunta não se verifica nenhuma classificação de ‘nd’ (não definível). As classificações são referidas entre 1 a 11 participantes.

**QUADRO 3** - ‘QUE ESTRATÉGIAS ADOTOU (OU ADOTA) PARA VIVER NO DIA-A-DIA?’ POR ID, UC E SUC DA CIF

ID	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	ID9	ID10	ID11	ID12	ID13	ID14	Total de ID
CLASSIFICAÇÃO															
d240	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1
d430	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1
d4600	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1
d640	.	.	.	.	.	.	(1)	(1)	.	.	.	.	.	.	2
d6505	.	.	.	(1)	(1)	.	.	.	.	.	(1)	(1)	.	.	4
d6506	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1
d660	.	.	(1)	.	.	(1)	.	(1)	.	.	.	.	(1)	.	4
d7501	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	1
d7503	.	(1)	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	2
d760	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	1
d7600	.	.	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	(1)	2
d920	(1)	(1)	.	.	.	.	(1)	(1)	(1)	.	.	.	.	.	5
d9200	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	.	(1)	.	(2)	3
d9201	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	.	1
d9202	.	.	.	.	(1)	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	2
d9203	.	(1)	.	(1)	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	3
d9204	.	.	.	.	.	.	.	(2)	.	.	.	(1)	.	.	2
d9205	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1
d930	(1)	.	(1)	(1)	(2)	(1)	(1)	(1)	.	(2)	(3)	(1)	.	(2)	11
e5750	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	(1)	.	3
TOTAL	3	5	3	5	5	4	3	7	2	2	4	6	3	6	51

Legenda: d240 (lidar com o stress e outras exigências psicológicas) / d430 (levantar e transportar objetos) / d4600 (deslocar-se dentro de casa) / d640 (realizar as tarefas domésticas) / d6505 (cuidar das plantas de interior e exterior) / d6506 (cuidar dos animais) / d660 (ajudar os outros) / d7501 (relacionamentos informais com vizinhos) / d7503 (relacionamentos informais com colegas de habitação) / d760 (relacionamentos familiares) / d7600 (relacionamentos entre pais e filhos) / d920 (recreação e lazer) / d9200 (jogos) / d9201 (desportos) / d9202 (arte e cultura) / d9203 (artesanato) / d9204 (passatempos “Hobbies”) / d9205 (socialização) / d930 (religião e espiritualidade) / e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral)

A classificação d930 (religião e espiritualidade) foi referida por onze participantes. No presente estudo é a classificação relativa às estratégias mais frequente. Manifesta uma grande importância para as participantes, pelo sentimento de alívio e de melhor bem-estar. A classificação d920 (recreação e lazer) foi mencionada por cinco participantes. Refere-se a atividades desenvolvidas pelas instituições que possibilitaram a realização da recolha de dados, como por exemplo a realização de trabalhos manuais. As classificações d6505 (cuidar

das plantas de interior e exterior) e d660 (ajudar os outros) foram referidas por quatro participantes. As classificações d9203 (artesanato), d9204 (passatempos “Hobbies”), e e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral) foram mencionadas por três participantes. A última classificação referida e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral) manifesta o facto da institucionalização, por vezes, ser uma fonte de apoio para as pessoas idosas. As classificações d640 (realizar as tarefas domésticas), d7503 (relacionamentos informais com colegas de habitação), d7600 (relacionamentos entre pais e filhos), d9200 (jogos) e d9202 (arte e cultura) foram referidas por duas participantes. Por último, as classificações d240 (lidar com o stress e outras exigências psicológicas), d430 (levantar e transportar objetos), d4600 (deslocar-se dentro de casa), d6506 (cuidar dos animais), d760 (relacionamentos familiares), d7501 (relacionamentos informais com vizinhos), d9201 (desportos) e d9205 (socialização) foram somente mencionadas uma vez.

#### 2.1.4 Pergunta ‘Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?’

No que diz respeito à quarta pergunta ‘Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?’ constata-se que as classificações que foram mapeadas pertencem a 3 capítulos (Interações e relacionamentos interpessoais, Apoio e relacionamentos, Serviços, sistemas e políticas) e surge em 1 domínio (relacionamentos interpessoais particulares). Verifica-se 7 UC e 3 SUC, sendo que todas as participantes evidenciam ter tido entre 1 a 9 diferentes tipos de apoios (

**QUADRO 4).** Consoante as classificações, estas são referidas por 1 a 13 participantes.

**QUADRO 4 - ‘QUE TIPOS DE APOIOS FÍSICOS OU HUMANOS RECEBEU (OU RECEBE)?’ POR ID, UC E SUC DA CIF**

ID	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	ID9	ID10	ID11	ID12	ID13	ID14	Total de ID
CLASSIFICAÇÃO															
d7504	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	1
e310	(2)	(4)	(1)	(1)	.	(2)	(1)	(5)	(3)	(2)	(2)	(4)	(1)	(4)	13

e315	(1)	.	.	.	(3)	.	.	.	.	.	.	(1)	.	.	3
e325	(1)	.	(1)	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	3
e340	(1)	.	.	.	(2)	.	.	.	(1)	.	.	.	.	(1)	4
e345	.	.	.	.	(1)	.	(2)	.	(1)	.	.	.	.	.	3
e355	.	.	(1)	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	3
e360	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	3
e5700	.	.	(1)	.	.	.	.	.	(1)	.	(1)	(1)	(1)	(1)	6
e5750	.	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1
TOTAL	5	4	4	1	9	2	3	5	6	2	3	6	4	7	38

Legenda: d7504 (relacionamentos informais com pares) / e310 (família próxima) / e315 (família alargada) / e325 (conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade) / e340 (prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais) / e345 (estranhos) / e355 (profissionais de saúde) / e360 (outros profissionais) / e5700 (serviços relacionados com a segurança social) / e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral)

A classificação e310 (família própria) foi referida por treze participantes, verifica-se que é a mais predominante na quarta pergunta. A classificação e5700 (serviços relacionados com a segurança social) foi mencionada por seis participantes. A classificação e340 (prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais) foi referida por quatro participantes. As classificações e315 (família alargada), e325 (conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade), e345 (estranhos) e e355 (profissionais de saúde) foram mencionadas por três participantes. Por fim, as classificações d7504 (relacionamentos informais com pares), e360 (outros profissionais) e e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral) foram referidas apenas por uma participante.

#### 2.1.5. Pergunta 'O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?'

Relativamente à quinta e última pergunta 'O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?' importa referir que não se considerou importante diferenciar o que menos se gosta do que o que se mais gosta, uma vez que as participantes apenas evidenciam atividades que mais gostam de fazer. As classificações mapeadas pertencem a 5 capítulos (Auto cuidados, Vida doméstica, Interações e relacionamentos interpessoais, Vida comunitária, social e cívica, Sistemas, serviços e políticas), em 2 domínios (Cuidar dos objetos da casa e ajudar os outros, Relacionamentos interpessoais particulares). Constata-se 5 UC e 4 SUC, e a classificação nd-qv (qualidade de vida não definível) (Quadro 5). Estas classificações são referidas por 1 a 3 participantes.



**QUADRO 5** - 'O QUE MAIS GOSTA E O QUE MENOS MAIS GOSTA DE FAZER DEPOIS DESSA PERDA?' POR ID, UC E SUC DA CIF

ID	ID1	ID2	ID3	ID4	ID5	ID6	ID7	ID8	ID9	ID10	ID11	ID12	ID13	ID14	Total de ID
CLASSIFICAÇÃO															Total de ID
d550	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
d6505	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	.	1
d660	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	1
d760	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	1
d920	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	.	.	1
d9202	.	.	.	.	(1)	.	.	.	.	(1)	.	.	.	.	2
d9203	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1
d930	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	(1)	.	.	.	3
e5750	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	.	1
nd-qv	.	.	.	.	.	.	(1)	(1)	.	.	.	.	.	.	2
TOTAL	1	0	0	2	1	0	1	1	1	2	2	2	0	1	14

Legenda: d550 (Comer) / d6505 (Cuidar das plantas de interior e exterior) / d660 (Ajudar os outros) / d760 (Relacionamentos familiares) / d920 (Recreação e lazer) / d9202 (Arte e cultura) / d9203 (Artesanato) / d930 (Religião e espiritualidade) / e5750 (Serviços relacionados com o apoio social em geral) / nd-qv (Qualidade de vida não definível)

A classificação d930 (religião e espiritualidade) foi mencionada por três participantes. As classificações d9202 (arte e cultura) e nd-qv (qualidade de vida não definível) foram referidas por duas participantes. As classificações d550 (comer), d6505 (cuidar das plantas de interior e exterior), d660 (ajudar os outros), d760 (relacionamentos familiares), d920 (recreação e lazer), d9203 (artesanato), e por último, a classificação e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral) foram mencionadas apenas por uma participante.

## 2.2. Análise por componentes, ID e unidades e subunidades de classificação

Esta segunda análise apresenta os dados por componentes (classificação de primeiro nível), participantes (ID) e unidades e subunidades de classificação (de segundo e terceiro nível),

assim como por especificidades de 'nd' (não definível). De ressaltar que dos quatro componentes presentes na CIF não foi considerado o 'Estruturas do Corpo' (s) por não se ter verificado qualquer mapeamento das respostas ao mesmo.

### 2.2.1. Componente 'Funções do Corpo' (b)

As classificações desta componente que foram mapeadas surgem em 2 capítulos (Funções Mentais e Funções da voz e da fala), em 1 domínio (Funções mentais específicas), com 2 UC (nenhuma SUC e 'nd'), e com um total de 33 referências (Quadro 6).

**QUADRO 6-** 'FUNÇÕES DO CORPO' (b) POR ID, UC E SUC

ID	ID 1	ID 2	ID 3	ID 4	ID 5	ID 6	ID 7	ID 8	ID 9	ID 10	ID 11	ID 12	ID 13	ID 14	Total de ID	Total de (x)
CLASSIFICAÇÃO																
b152	(2)	(1)	(1)	(1)	(2)	(1)	(3)	(4)	(2)	(1)	(1)	(5)	(2)	(6)	14	32
b310	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1
TOTAL	2	1	2	1	2	1	3	4	2	1	1	5	2	6	1(14)	33

Legenda: b152 (Funções emocionais) / b310 (Funções da voz)

A UC b152 (funções emocionais) foi mencionada por 14 participantes e a b310 (funções da voz) por 1. Pode verificar-se que a classificação mais referenciada foi a b152 (funções emocionais) trinta e duas vezes.

### 2.2.2. Componente 'Atividades e Participação' (d)

As classificações deste componente que foram mapeadas pertencem a 7 capítulos (Tarefas e exigências gerais, Mobilidade, Autocuidados, Vida doméstica, Interações e relacionamento interpessoais, Áreas principais da vida, Vida comunitária social e cívica), em 4 domínios (Transportar, mover e manusear objetos, Tarefas domésticas, Cuidar dos objetos da casa e ajudar os outros, Relacionamentos interpessoais particulares). Pode verificar-se 8 UC e 13 SUC (nenhum 'nd'), e um total de 69 referências (Quadro 7).

**QUADRO 7** - ‘ATIVIDADES E PARTICIPAÇÃO’ (D) POR ID, UC E SUC

ID	ID 1	ID 2	ID 3	ID 4	ID 5	ID 6	ID 7	ID 8	ID 9	ID 10	ID 11	ID 12	ID 13	ID 14	Total de ID	Total de (x)
CLASSIFICAÇÃO																
d240	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1
d430	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1
d4600	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1
d550	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1
d640	.	.	.	(1)	.	.	(1)	(1)	.	.	.	.	.	.	3	3
d6505	.	.	.	(1)	(1)	.	.	.	.	.	(1)	(2)	.	.	4	5
d6506	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1
d660	.	.	(1)	.	.	(1)	.	(1)	(1)	.	.	.	(1)	.	5	5
d7501	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	1	1
d7503	.	(1)	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	2	2
d7504	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	1	1
d760	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	(1)	2	2
d7600	.	.	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	(1)	2	2
d8700	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	.	.	.	.	.	1	1
d920	(1)	(1)	.	.	.	.	(1)	(1)	(1)	.	(1)	.	.	.	6	6
d9200	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	.	(1)	.	(2)	3	4
d9201	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	.	1	1
d9202	.	.	.	.	(2)	.	.	(1)	.	(1)	.	.	.	.	3	4
d9203	.	(1)	.	(2)	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	3	4
d9204	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	(2)	2	3
d9205	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1
d930	(2)	.	(1)	(1)	(2)	(1)	(1)	(1)	.	(2)	(4)	(2)	.	(2)	11	19
TOTAL	5	4	3	8	6	4	3	6	3	3	6	7	3	9	(14)	69

Legenda: d240 (lidar com o stresse e outras exigências psicológicas) / d430 (levantar e transportar objetos) / d4600 (deslocar-se dentro de casa) / d550 (comer) / d640 (realizar as tarefas domésticas) / d6505 (cuidar das plantas de interior e exterior) / d6506 (cuidar dos animais) / d660 (ajudar os outros) / d7501 (relacionamentos informais com vizinhos) / d7503 (relacionamentos informais com colegas de habitação) / d7504 (Relacionamentos informais com pares) / d760 (Relacionamentos familiares) / d7600 (Relacionamentos entre pais e filhos) / d8700 (recursos económicos pessoais) / d920 (recreação e lazer) / d9200 (jogos) / d9201 (desportos) / d9202 (arte e cultura) / d9203 (artesanato) / d9204 / (passatempos “Hobbies”) / d9205 (socialização) / d930 (religião e espiritualidade)

A classificação d930 (religião e espiritualidade) foi referida por onze participantes, a classificação d920 (recreação e lazer) seis participantes, a classificação d660 (ajudar os outros) cinco participantes, a classificação d6505 (cuidar das plantas de interior e exterior) quatro participantes e as classificações d640 (realizar as tarefas domésticas), d9200 (jogos), d9202

(arte e cultura) e d9203 (artesanato) foram mencionadas por três participantes. Já as classificações d7503 (relacionamentos informais com colegas de habitação), d760 (relacionamentos familiares), d7600 (relacionamentos entre pais e filhos) e d9204 (passatempos “Hobbies”) foram referidas por duas participantes. Por último, verifica-se a presença de dez classificações que apresentam somente uma participante: d240 (lidar com o stress e outras exigências psicológicas), d430 (levantar e transportar objetos), d4600 (deslocar-se dentro de casa), d550 (comer), d6506 (cuidar dos animais), d7501 (relacionamentos informais com vizinhos), d7504 (relacionamentos informais com pares), d8700 (recursos económicos pessoais), d9201 (desportos) e d9205 (socialização).

Pode observar-se que quanto ao total de vezes que a classificação mais referenciada foi a d930 (religião e espiritualidade), em dezanove vezes, que a classificação d920 (recreação e lazer) em seis vezes e, por último, referenciadas cinco vezes, as classificações d660 (ajudar os outros) e d6505 (cuidar das plantas de interior e exterior).

### 2.2.3. Componente ‘Fatores Ambientais’ (e)

No que concerne à componente ‘Fatores Ambientais’ (e), pode verificar-se que as classificações mapeadas surgem em 2 capítulos (Apoio e Relacionamentos e Serviços, sistemas e Políticas) com 7 UC e 2 SUC (nenhum ‘nd’), e com um total de 69 referências (Quadro 8).

Quadro 8 - ‘Fatores ambientais’ (e) por ID, UC e SUC

ID	ID 1	ID 2	ID 3	ID 4	ID 5	ID 6	ID 7	ID 8	ID 9	ID 10	ID 11	ID 12	ID 13	ID 14	Total de ID	Total de (X)
CLASSIFICAÇÃO																
e310	(2)	(4)	(1)	(1)	.	(2)	(1)	(5)	(2)	(3)	(2)	(4)	(1)	(4)	13	32
e315	(1)	.	.	.	(3)	.	.	.	.	.	.	(1)	.	.	3	5
e325	(1)	.	(1)	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	.	.	3	3
e340	(1)	.	.	.	(2)	.	.	.	(1)	.	.	.	.	(1)	4	5
e345	.	.	.	.	(1)	.	(2)	.	(1)	.	.	.	.	.	3	4
e355	.	.	(1)	.	(1)	.	.	.	.	.	.	.	(1)	.	3	3
e360	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	(1)	1	1
e5700	.	.	(1)	.	.	.	.	.	(1)	.	(1)	(1)	(1)	(1)	6	6

e5750	(2)	(1)	.	.	(1)	.	(1)	(1)	(1)	.	.	(2)	(1)	.	8	10
TOTAL	6	5	4	1	9	2	4	6	6	3	3	8	4	7	(14)	69

Legenda: e310 (família próxima) / e315 (família alargada) / e325 (conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade) / e340 (prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais) / e345 (estranhos) / e355 (profissionais de saúde) / e360 (outros profissionais) / e5700 (serviços relacionados com a segurança social) / e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral)

A classificação e310 (família próxima) foi mencionada por treze participantes, seguida a e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral) por oito participantes. Este número considerável relaciona-se, sobretudo com o apoio oferecido pelas instituições. A classificação e5700 (serviços relacionados com o apoio social em geral) foi mencionada por seis participantes. Já as classificações e315 (família alargada), e325 (conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade), e345 (estranhos) e e355 (profissionais de saúde) foram referidas por três participantes. Por fim, a classificação e360 (outros profissionais) foi referida por uma participante.

Pode observar-se que quanto ao total de vezes que a classificação mais referenciada foi a e310 (família próxima), em trinta e duas vezes. A classificação e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral) em dez vezes, a classificação e5700 (serviços relacionados com a segurança social) em seis vezes, e por último, referenciadas cinco vezes, as classificações e315 (família alargada) e e340 (prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais).

#### 2.2.4. Classificação de 'nd' (não definível)

Por último, na análise por classificação 'nd', pode verificar-se que houve referência a duas das 4 especificidades abordadas por Cieza e colaboradores (2005), a nd-sm (saúde mental não definível) e nd-qv (qualidade de vida não definível), com um total de 30 referências (QUADRO 9).

QUADRO 9 - CLASSIFICAÇÃO DE 'ND' (NÃO DEFINÍVEL) POR ID

ID	ID 1	ID 2	ID 3	ID 4	ID 5	ID 6	ID 7	ID 8	ID 9	ID 10	ID 11	ID 12	ID 13	ID 14	Total de ID	Total de (x)
CLASSIFICAÇÃO																
nd-sm	.	(1)	.	(1)	(2)	(1)	(4)	(2)	(1)	(3)	.	(1)	(1)	.	10	17
nd-qv	(1)	(2)	(1)	.	(1)	.	(3)	(2)	(1)	(1)	.	.	(1)	.	9	13
TOTAL	1	3	1	1	3	1	7	4	2	4	0	1	2	0	(14)	30

Legenda: nd-sm (saúde mental não definível) / nd-qv (qualidade de vida não definível)

A classificação nd-sm (saúde mental não definível) foi mencionada por dez participantes, e a nd-qv (qualidade de vida não definível) por nove participantes. Apesar do número de participantes ser muito próximo, pode-se observar que é o nd-sm (saúde mental não definível) que tem mais referências, dezassete vezes no total.

### 3.1. Análise por componentes, perguntas e unidades e subunidades de classificação

Com esta terceira análise pretende-se fazer um cruzamento dos resultados obtidos na primeira e na segunda análise. Deste modo, pretende-se analisar, nas respostas a cada uma das 5 perguntas, o número de referências feito por UC e SUC em cada um dos três componentes abrangidos no mapeamento à CIF.

#### 3.1.1. Componente 'Funções do Corpo' (b) perguntas

No componente 'Funções do Corpo' observa-se a presença de 33 referências na totalidade, resultante do total de classificações na primeira pergunta ('O que mudou na sua vida?') e na segunda pergunta ('Como fez (ou faz) a superação da dor?') (QUADRO 10).

QUADRO 10 - 'FUNÇÕES DO CORPO', UC E SUC POR PERGUNTAS

'FUNÇÕES DO CORPO' (b)						
Perguntas	1	2	3	4	5	Total de vezes
CLASSIFICAÇÃO						
b152	5	27	.	.	.	32
b310	1	.	.	.	.	1
TOTAL	6	27	0	0	0	33

Legenda: b152 (funções emocionais) / b310 (funções da voz); (1- O que mudou na sua vida?), (2- Como fez (ou faz) a superação da dor?), (3- Que estratégia adota (ou adotou) para viver no seu dia-a-dia?), (4- Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?), (5- O que gosta mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?).

Pode-se observar que as classificações mapeadas foram feitas na primeira pergunta ('O que mudou na sua vida?') e na segunda ('Como fez (ou faz) a superação da dor?'). Na primeira

pergunta, a classificação b152 (funções emocionais) foi referenciada cinco vezes e a classificação b310 (funções da voz) uma vez. Na segunda pergunta, a classificação b152 foi referenciada vinte e sete vezes.

### 3.1.2. Componente 'Atividades e Participação' (d) e perguntas

No componente 'Atividades e Participação' verifica-se uma diversidade de unidades e subunidades de classificação referenciadas nas respostas às perguntas, com um total de 69 referências (Quadro 11).

**QUADRO 11** - 'ATIVIDADES E PARTICIPAÇÃO' UC E SUC POR PERGUNTAS

'ATIVIDADE E PARTICIPAÇÃO' (d)						
Perguntas	1	2	3	4	5	Total de vezes
CLASSIFICAÇÃO						
d240	.	.	1	.	.	1
d430	.	.	1	.	.	1
d4600	.	.	1	.	.	1
d550	.	.	.	.	1	1
d640	1	.	2	.	.	3
d6505	.	.	4	.	1	5
d6506	.	.	1	.	.	1
d660	.	.	4	.	1	5
d7501	.	.	1	.	.	1
d7503	.	.	2	.	.	2
d7504	.	.	.	1	.	1
d760	.	.	1	.	1	2
d7600	.	.	2	.	.	2
d8700	1	.	.	.	.	1
d920	.	.	5	.	1	6
d9200	.	.	4	.	.	4
d9201	.	.	1	.	.	1
d9202	.	.	2	.	2	4
d9203	.	.	3	.	1	4
d9204	.	.	3	.	.	3
d9205	.	.	1	.	.	1

<b>d930</b>	.	.	16	.	3	<b>19</b>
<b>TOTAL</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>55</b>	<b>1</b>	<b>11</b>	<b>69</b>

Legenda: d240 (lidar com o stresse e outras exigências psicológicas) / d430 (levantar e transportar objetos) / d4600 (deslocar-se dentro de casa) / d550 (comer) / d640 (realizar as tarefas domésticas) / d6505 (cuidar das plantas de interior e exterior) / d6506 (cuidar dos animais) / d660 (ajudar os outros) / d7501 (relacionamentos informais com vizinhos) / d7503 (relacionamentos informais com colegas de habitação) / d7504 (relacionamentos informais com pares) / d760 (relacionamentos familiares) / d7600 (relacionamentos entre pais e filhos) / d8700 (recursos económicos pessoais) / d920 (recreação e lazer) / d9200 (jogos) / d9201 (desportos) / d9202 (arte e cultura) / d9203 (artesanato) / d9204 / (passatempos "Hobbies") / d9205 (socialização) / d930 (religião e espiritualidade); (1- O que mudou na sua vida?), (2- Como fez (ou faz) a superação da dor?), (3- Que estratégia adota (ou adotou) para viver no seu dia-a-dia?), (4- Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?), (5- O que gosta mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?).

Pode-se observar que as classificações foram atribuídas nas perguntas 'O que mudou na sua vida?' (1), 'Que estratégia adota (ou adotou) para viver no seu dia-a-dia?' (3), 'Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe?)' (4) e 'O que gosta mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?' (5).

Na primeira pergunta, foram apenas referenciadas as classificações d640 (realizar as tarefas domésticas) e d8700 (recursos económicos pessoais), e uma vez em cada.

Na pergunta 'Que estratégia adota (ou adotou) para viver no seu dia-a-dia?' a classificação mais referenciada foi a d930 (religião e espiritualidade), em dezasseis vezes, seguida da d920 (recreação e lazer), referenciada cinco vezes. Referenciadas quatro vezes foram as classificações d6505 (cuidar das plantas de interior e exterior), d660 (ajudar os outros) e d9200 (jogos), e três vezes as classificações d9204 (passatempos "hobbies") e d9205 (socialização). Já as classificações d640 (realizar as tarefas domésticas), d7600 (relacionamentos entre pais e filhos), d7503 (relacionamentos informais com colegas de habitação) e d9202 (arte e cultura) foram referenciadas duas vezes, sendo as sete seguintes classificações referenciadas apenas uma vez: d240 (lidar com o stresse e outras exigências psicológicas), d430 (levantar e transportar objetos), d4600 (deslocar-se dentro de casa), d6506 (cuidar dos animais), d7501 (relacionamentos informais com vizinhos), d760 (relacionamentos familiares), d9201 (desportos) e d9205 (socialização).

Quanto à quarta pergunta, 'Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe?)', apresenta a classificação d7504 (relacionamentos informais com pares) e referenciada somente uma vez. Por último, na quinta pergunta, 'O que gosta mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?', inserem-se as classificações d930 (religião e espiritualidade), referenciada três vezes, e a d9202 (arte e cultura), referenciada duas vezes. As seguintes seis classificações, d550 (comer), d6505 (cuidar das plantas de interior e exterior),



d660 (ajudar os outros), d760 (relacionamentos familiares), d920 (recreação e lazer) e d9203 (artesanato) foram referenciadas apenas uma vez.

Do total, é a terceira pergunta a que apresenta mais referências, 55 vezes.

### 3.1.3. Componente 'Fatores Ambientais' (e) e perguntas

Relativamente ao componente 'Fatores Ambientais' verifica-se que a maioria das classificações referenciadas pertencem ao capítulo 3 (Apoio e Relacionamentos). As classificações (UC e SUC) atribuídas às perguntas apresentam um total de 69 referências (Quadro 12).

**QUADRO 12** - 'FATORES AMBIENTAIS' UC E SUC POR PERGUNTAS

'FATORES AMBIENTAIS' (e)						
Pergunta	1	2	3	4	5	Total de vezes
CLASSIFICAÇÃO						
e310	.	.	.	32	.	32
e315	.	.	.	5	.	5
e325	.	.	.	3	.	3
e340	.	.	.	5	.	5
e345	.	.	.	4	.	4
e355	.	.	.	3	.	3
e360	.	.	.	1	.	1
e5700	.	.	.	6	.	6
e5750	5	.	3	1	1	10
TOTAL	5	0	3	60	1	69

Legenda: e310 (família próxima) / e315 (família alargada) / e325 (conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade) / e340 (prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais) / e345 (estranhos) / e355 (profissionais de saúde) / e360 (outros profissionais) / e5700 (serviços relacionados com a segurança social) / e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral); (1- O que mudou na sua vida?), (2- Como fez (ou faz) a superação da dor?), (3- Que estratégia adota (ou adotou) para viver no seu dia-a-dia?), (4- Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?), (5- O que gosta mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?).

No componente 'Fatores Ambientais' pode-se observar que as classificações foram atribuídas nas perguntas 'O que mudou na sua vida?' (1), 'Que estratégia adota (ou adotou) para viver no seu dia-a-dia?' (3), 'Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe?)' (4) e 'O que gosta mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?' (5). Na primeira pergunta,

foi apenas referenciada a classificação e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral), cinco vezes. Na terceira pergunta, a classificação e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral) foi referenciada três vezes. Na pergunta 'Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe?)' a classificação referenciada mais vezes (trinta e duas) foi a e310 (família próxima), seguida da e5700 (serviços relacionados com a segurança social), referenciada seis vezes. As seguintes classificações e315 (família alargada) e e340 (prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais) foram referenciadas cinco vezes. A classificação e345 (estranhos) foi referenciada quatro vezes. Referenciadas três vezes foram as classificações e325 (conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade) e e355 (profissionais de saúde). Por fim, as classificações e360 (outros profissionais) e e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral) foram referenciadas apenas uma vez.

Por último, quanto à quinta pergunta, 'O que gosta mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?' apresenta a classificação e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral), referenciada somente uma vez. Do total, é a quarta pergunta a que apresenta mais referências, 60 vezes.

#### 3.1.4. Classificação 'nd' e perguntas

Referente à classificação 'nd' (não definível) foram utilizadas no mapeamento das respostas as seguintes especificidades: nd-sm (saúde mental não definível) e nd-qv (qualidade de vida não definível). Pode-se verificar que as classificações foram referenciadas 30 vezes (Quadro 13).

**QUADRO 13** - CLASSIFICAÇÃO DO 'ND' POR PERGUNTAS

'nd' (NÃO DEFINÍVEL)						
Perguntas	1	2	3	4	5	Total de vezes
CLASSIFICAÇÃO						
nd-sm	2	15	.	.	.	17
nd-qv	8	3	.	.	2	13
TOTAL	10	18	0	0	2	30

Legenda: nd-sm (saúde mental não definível) / nd-qv (qualidade de vida não definível); (1- O que mudou na sua vida?), (2- Como fez (ou faz) a superação da dor?), (3- Que estratégia adota (ou adotou) para viver no seu dia-a-dia?), (4- Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?), (5- O que gosta mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?).

Nos casos em que não se conseguiu mapear o conceito significativo com o referencial da CIF recorreu-se à classificação 'nd' (não definível) e, de modo a classificar-se de forma mais precisa, utilizaram-se 2 das 4 especificidades desenvolvidas por Cieza e colaboradores (2005).

A classificação nd-sm (saúde mental não definível) está presente na primeira pergunta ('O que mudou na sua vida?') e na segunda ('Como fez (ou faz) a superação da dor?'); a segunda, a nd-qv (qualidade de vida não definível) está também presente nas duas primeiras perguntas, como na quinta ('O que gosta mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?'). Quando analisado por perguntas, na primeira pergunta a classificação nd-sm (saúde mental não definível) foi referenciada duas vezes e a nd-qv (qualidade de vida não definível) oito vezes. Na segunda pergunta, a que apresenta mais referências na totalidade, a classificação nd-sm (saúde mental não definível) foi referenciada quinze vezes e nd-qv (qualidade de vida não definível) três vezes. Por fim, a classificação nd-qv (qualidade de vida não definível) foi referenciada apenas na quinta pergunta e por duas vezes. Não se verifica qualquer referência de 'nd' tanto na terceira como na quarta pergunta.

Pode-se constatar que do total das 201 classificações dos três componentes e de 'nd' (não definível), é a quarta pergunta ('Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?') a que apresenta um maior número de referências (61) mapeadas à CIF (Quadro 14).

**QUADRO 14** – TOTAL DE REFERÊNCIAS POR PERGUNTA

TOTAL DE VEZES DAS CLASSIFICAÇÕES REFERENCIADAS POR PERGUNTA						Total
Perguntas	1	2	3	4	5	
TOTAL	23	45	58	61	14	201

Legenda: (1- O que mudou na sua vida?), (2- Como fez (ou faz) a superação da dor?), (3- Que estratégia adota (ou adotou) para viver no seu dia-a-dia?), (4- Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?), (5- O que gosta mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)

#### 4.1. UC mapeadas no presente estudo e as da *Checklist* geral CIF

Nesta análise de correspondência de UC, verificaram-se 14: 2 no componente 'Funções do Corpo', 7 no de 'Atividade e Participação' e 5 UC no de 'Fatores Ambientais' (Quadro 15).

**QUADRO 15** - CORRESPONDÊNCIA DAS UC MAPEADAS NO PRESENTE ESTUDO E AS DA *CHECKLIST* GERAL DA CIF

	COMPONENTES		
	Funções do Corpo (b)	Atividade e Participação (d)	Fatores Ambientais (e)
UC	b152 / b310	d430 / d550 / d640 / d660 / d760 / d920 / d930	e310 / e325 / e340 / e355 / e360
TOTAL	2	7	5

Legenda: b152 (fatores emocionais) / b310 (funções da voz) / d430 (levantar e transportar objetos) / d550 (comer) / d640 (realizar as tarefas domésticas) / d660 (ajudar os outros) / d760 (relacionamentos familiares) / d920 (recreação e lazer) / d930 (religião e espiritualidade) / e310 (família próxima) / e325 (conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade) / e340 (prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais) / e355 (profissionais de saúde) / e360 (outros profissionais).

#### 4.1.1. UC mapeadas no presente estudo mas que não consta na *Checklist* geral da CIF

Nesta análise observam-se no componente 'Fatores Ambientais' 2 UC que não constam na *checklist*, 1 UC no de 'Atividade e Participação' e nenhuma no componente de 'Funções do Corpo' (QUADRO 16).

**QUADRO 16** - UC MAPEADAS NO PRESENTE ESTUDO MAS QUE NÃO CONSTAM NA *CHECKLIST* GERAL CIF

	COMPONENTES		
	Funções do Corpo (b)	Atividade e Participação (d)	Fatores Ambientais (e)
UC	-	d240	e315 / e345
TOTAL	0	1	2

Legenda: d240 (lidar com o stress e outras exigências psicológicas) / e315 (família alargada) / e345 (estranhos)

#### 4.1.2. UC que constam na *Checklist* geral da CIF e não mapeadas no presente estudo

Das 125 UC que constam na *checklist*, verificaram-se 98 UC que não emergiram no presente estudo: 30 no componente ‘Funções do Corpo’, 41 no de ‘Atividade e Participação’, e 27 no de ‘Fatores Ambientais’ (QUADRO 17).

**QUADRO 17** - UC QUE CONSTAM NA *CHECKLIST* GERAL DA CIF E NÃO MAPEADAS NO PRESENTE ESTUDO

	COMPONENTES		
	Funções do Corpo (b)	Atividade e Participação (d)	Fatores Ambientais (e)
UC	b110 / b114 / b117 / b130 / b134 / b140 / b144 / b156 / b164 / b167 / b210 / b230 / b235 / b280 / b410 / b420 / b430 / b435 / b440 / b515 / b525 / b530 / b555 / b620 / b640 / b710 / b730 / b735 / b765/	d110 / d115 / d140 / d145 / d150 / d175 / d210 / d220 / d310 / d315 / d330 / d335 / d350 / d440 / d450 / d465 / d470 / d475 / d510 / d520 / d530 / d540 / d560 / d570 / d620 / d630 / d710 / d720 / d730 / d740 / d750 / d770 / d810 / d820 / d830 / d850 / d860 / d870 / d910 / d940 / d950	e110 / e115 / e120 / e125 / e150 / e155 / e225 / e240 / e250 / e320 / e330 / e410 / e420 / e440 / e450 / e455 / e460 / e645 / e525 / e535 / e540 / e550 / e570 / e575 / e580 / e585 / e590
TOTAL	30	41	27

Legenda: b110 (funções da consciência) / b114 (funções da orientação) / b117 (funções intelectuais) / b130 (funções da energia e dos impulsos) / b134 (funções do sono) / b140 (funções da atenção) / b144 (funções da memória) / b156 (funções da percepção) / b164 (funções cognitivas de nível superior) / b167 (funções mentais da linguagem) / b210 (funções de visão) / b230 (funções auditivas) / b235 (funções vestibulares) / b280 (sensação de dor) / b410 (funções cardíacas) / b420 (funções da pressão arterial) / b430 (funções do sistema hematológico) / b435 (funções do sistema imunológico) / b440 (funções da respiração) / b515 (funções digestivas) / b525 (funções de defecação) / b530 (funções de manutenção do peso) / b555 (funções das glândulas endócrinas); b6 (funções genitourinárias e reprodutivas) b620 (funções miccionais) / b640 (funções sexuais) / b710 (funções da mobilidade das articulações) / b730 (funções da força muscular) / b735 (funções do tônus muscular) / b765 (funções dos movimentos involuntários) / b8 (funções da pele e estruturas relacionadas); d110 (observar) / d115 (ouvir) / d140 (aprender a ler) / d145 (aprender a escrever) / d150 (aprender a calcular) / d175 (resolver problemas) / d210 (realizar uma única tarefa) / d220 (realizar tarefas múltiplas) / d315 (comunicar e receber mensagens não verbais) / d330 (falar) / d335 (produzir mensagens não verbais) / d350 (conversação) / d450 (andar) / d465 (deslocar-se utilizando algum tipo de equipamento) / d470 (utilização de transporte) / d475 (conduzir) / d510 (lavar-se) / d520 (cuidar de partes do corpo) / d530 (cuidados relacionados com os processos de excreção) / d540 (vestir-se) / d560 (beber) / d570 (cuidar da própria saúde) / d630 (preparar refeições) / d710 (interações interpessoais básicas) / d720 (interações interpessoais complexas) / d730 (relacionamento com estranhos) / d740 (relacionamento formal) / d750 (relacionamentos sociais informais) / d770 (relacionamentos íntimos) / d810 (educação informal) / d820 (educação escolar) / d830 (educação de nível superior) / d850 (trabalho renumerado) / d860 (transações económicas básicas) / d870 (auto – suficiência económica) / d910 (vida comunitária) / d940 (direitos humanos) / d950 (vida política e cidadania); e110 (produtos ou substâncias para consumo pessoal) / e115 (produtos e tecnologias para uso pessoal na vida diária) / e120 (produtos e tecnologias destinados a facilitar a mobilidade e o transporte pessoal em espaços interiores e exteriores) / e125 (produtos e tecnologias para a comunicação) / e150 (arquitetura, construção, materiais e tecnologias arquitetónicas em prédios para uso público) / e155 (arquitetura, construção, materiais e tecnologias arquitetónicas em prédios para uso privado) / e225 (clima) / e240 (luz) / e250 (som) / e320 (amigos) / e330 (pessoas em posição de autoridade) / e410 (atitudes individuais de membros da família próxima) / e420 (atitudes individuais de amigos) / e440 (atitudes individuais de prestadores de cuidados pessoais e dos assistentes pessoais) / e450 (atitudes individuais de profissionais de saúde) / e455 (atitudes individuais de outros profissionais) / e460 (atitudes sociais) / e465 (normas, práticas e ideologias sociais) / e525 (serviços, sistemas e políticas relacionados com a habitação) / e535 (serviços, sistemas e políticas relacionados com a área da comunicação) / e540 (serviços, sistemas e políticas relacionados com os transportes) / e570 (serviços, sistemas e políticas relacionados com a segurança social) / e575 (serviços, sistemas e políticas relacionados com o apoio social geral) / e580 (serviços, sistemas e políticas relacionados com a saúde) / e585 (serviços, sistemas e políticas relacionados com a educação e formação profissional) / e590 (serviços, sistemas e políticas relacionados com o trabalho e o emprego).

Passa-se de seguida para a discussão dos resultados obtidos no presente estudo.



## DISCUSSÃO

No presente estudo procurou-se explorar a relação entre o processo de superação do luto em pessoas idosas viúvas institucionalizadas com idade igual ou superior a 65 anos e a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF). Para cumprir tal objetivo, procedeu-se à realização de quatro análises: (1) análise por pergunta, ID e unidades e subunidades de classificação, (2) análise por componentes, ID e unidades e subunidades de classificação, (3) análise por componentes, perguntas e unidades e subunidades de classificação e (4) comparação dos resultados obtidos com a *Checklist* geral da CIF.

A amostra deste estudo apresenta uma média de idade de 81,3 anos. As participantes foram indicadas pela direção das instituições, mas o facto de apresentarem esta elevada média de idades pode dever-se ao aumento da esperança média de vida na população portuguesa. Apesar de a literatura indicar que as pessoas em idade adulta avançada, que já terão vivenciado várias perdas, tendem a adaptar-se melhor à perda e à morte (Rebelo, 2013a, Galicioli et al., 2012), as mulheres viúvas em idade avançada demoram mais tempo a realizar o processo de luto (Naef et al., 2013). A reação adaptativa à perda pode depender não apenas da perda dos papéis sociais que tinham, mas também da existente natureza da relação. Pode, assim, dever-se à perda dos papéis sociais que desempenhou na vida adulta, e dos quais se orgulhavam muito, como o cuidar do lar, dos filhos e do marido. Estes dados mostram-se presentes nos discursos das participantes: “ (...) Toda a vida fui mãe e pai dos meus filhos. Que ele ia trabalhar, eu é que era cuidadora deles” (ID7); “ (...) trabalhei sempre, ajudei-o sempre, sempre, por isso é que ele era meu amigo” (ID5). No que diz respeito à natureza da relação, em relações conjugais de muita dependência, a mulher idosa tende a ter mais dificuldades em superar o luto, sublinhando muitas vezes a ausência de companhia (Worden, 2009; Galicioli et al., 2012; Rubio et al., 2012), como está patente no seguinte discurso de uma das participantes: “ (...) fiquei sozinha (...) ” (ID9). Pode também verificar-se na amostra do presente estudo que uma percentagem de 78,6% indicou que a morte do cônjuge foi esperada. Apesar de no término de situações de grande sofrimento as mulheres idosas tenderem a manifestar um sentimento de alívio, a dor da perda continua a estar presente. Este facto verifica-se na maioria das participantes: “De maneira que, depois foi andando, até que foi para o Porto. Foi para o Porto *teve* [esteve] lá um tempo... Melhorou, mas as melhoras não eram para sarar, a gente já sabia, que ele era o tempo que pudesse... Até que foi piorando... foi

piorando... Até que foi mesmo” (ID10). Como é referido na literatura, tal circunstância – luto antecipatório - permite às pessoas mais tempo para aceitarem a realidade da perda e prepararem a morte (Worden, 2009).

No que diz respeito ao componente ‘Funções do corpo’ (b), tanto na primeira como na segunda pergunta (‘o que mudou na sua vida’; ‘como fez (ou faz) a superação da dor?’) a classificação mais referenciada foi a b152 (funções emocionais), cinco vezes na primeira e vinte e sete vezes na segunda pergunta. Estudiosos do luto (Parkes, 1998; Worden, 2009), consideram que a pessoa idosa enlutada ao longo do processo de luto tende a experienciar sentimentos e emoções como a angústia, a saudade, a tristeza, entre outros. Quando analisados os discursos percebemos que as participantes vivenciaram (ou vivenciam) a perda do companheiro como um acontecimento doloroso: “ (...) sinto muita tristeza... Sinto muito a falta dele... Muito! Muito!” (ID8); “Na altura, sentia muito e chorava muito sozinha (...) ” (ID5). Deste modo, pode-se justificar a presença significativa da classificação b152 (funções emocionais) na segunda pergunta, uma vez que se refere aos sentimentos de dor experienciados. Para a mulher viúva, lidar com as mudanças resultantes da perda e com os sentimentos experienciados no processo de luto, é de considerável importância o uso dos recursos de que dispõe e de estratégias de *coping*, identificando-se algumas estratégias adaptativas de superação do luto por perda do cônjuge nos resultados obtidos.

Dos resultados obtidos, houve dez classificações do componente ‘Atividade e Participação’ que foram referenciadas apenas uma vez. Pode dever-se ao facto de a CIF apresentar várias UC e SUC relacionadas com tarefas e ações executadas no dia-a-dia, pelo que foram distintos os discursos das participantes. Para além disso, Sousa e Baptista (2015) consideram que as mulheres idosas que residem em estruturas residenciais tendem a ter mais dificuldades em estabelecer novas relações. Este facto pode estar relacionado com os papéis sociais aí desempenhados, restritos ao ambiente residencial. Assim, apesar de a classificação d7503 (relacionamentos informais com colegas de habitação) ser referenciada apenas duas vezes, pode considerar-se como estratégia de superação do luto estabelecer uma relação com as colegas de habitação: “Olhe, comecei a falar com uma, falo com umas, e falo com outras (colegas da instituição) (...) ” (ID2). De referir que a maioria das participantes do estudo teve uma infância e adolescência marcada pelo trabalho, a ajudar os pais. O trabalho era essencial e valorizado, para sustento. Na vida adulta cuidaram do lar, dos filhos e algumas trabalhavam nos campos pertencentes às suas casas. Deste modo, tinham poucos contatos sociais e as



poucas relações que mantinham eram com as vizinhas (o que se continuou a verificar no presente estudo).

No que concerne às estratégias que adotam (ou adotaram) para viver no dia-a-dia, verifica-se, neste componente, um elevado número de classificações referenciadas (cinquenta e cinco). As participantes mencionam estratégias relacionadas com as atividades que costumam realizar nas instituições, bem como outras ações que executam em ambiente residencial, como por exemplo cuidar do quintal/jardim. A classificação d920 (recreação e lazer) foi referenciada cinco vezes pelas participantes. Conforme estudos realizados por vários autores (Rocha et al., 2005; Buaes, 2007; Baldin & Fortes, 2008; Both et al., 2012), é através da integração em respostas sociais (como centros de dia, centros de convívio e, mais recentes as universidades da terceira idade) que se observa um maior envolvimento social da mulher viúva. Estes dados da literatura sustentam os dados sociodemográficos da amostra do presente estudo. Todas as participantes que frequentam um centro de dia residem numa zona urbana, onde se verifica uma maior oferta de espaços destinados a esta população. A participação nestes espaços contribui para que a mulher viúva possa manter-se ativa, tanto a nível cognitivo como funcional, o que permite o contato com outras pessoas, assim como descobrir novas capacidades: “Ainda agora estava a jogar, estava a jogar cartas” (ID14). Verifica-se que estes resultados não são consistentes com outros estudos relativos à institucionalização em estruturas residenciais (Pavan et al., 2008; Gonçalves et al., 2014; Sousa & Baptista, 2015), onde são mencionadas escassas estratégias de *coping* devido à pouca dinamização de atividades. As estruturas residenciais do presente estudo oferecem várias atividades, como se pode constatar: “Fazemos atividades (...), andamos (colegas da instituição) lá em baixo a ajudar uma menina (...) a pintar umas florezinhas (...). “Pelo Natal fiz coisas muito lindas (...)” (ID7). Estes dados são pertinentes, uma vez que apresentam uma nova visão destas respostas sociais.

A segunda classificação mais referenciada foi a d930 (religião e espiritualidade), dezasseis vezes, o que se pode dever às influências do contexto histórico e sociocultural, verificando-se que as famílias geralmente eram religiosas, assim como eram inculcados valores e crenças religiosas desde a infância pelos pais. A religiosidade esteve presente ao longo da vida das participantes, e exemplo disso é o caso de uma participante que em nova apenas podia sair de casa para ir à missa e ao terço: “Nós, as nossas amigadas era, do caminho da igreja até casa e de casa até à igreja. Era a missa e (o) terço” (ID14). Esse dado é consistente com a literatura, no sentido em que vários estudos (Papalia et al., 2006; Baldi & Fortes, 2008; Pavan et al., 2008;

Suzuki et al., 2012; Farinasso & Labate, 2012) referem a religião e espiritualidade como uma estratégia de apoio para lidar com as situações de stresse resultantes da perda, e por conseguinte, realizar o processo de superação do luto. As mulheres viúvas tendem a adotar (ou adotaram) crenças religiosas e espirituais, a associar a sentimentos de alívio, coragem, conforto e de paz, uma vez que possibilita a construção de significados positivos relativos à morte do cônjuge, como se pode verificar nos seguintes discursos: “ (...) foi a coragem que Deus me deu e que eu pedi a Deus (...) ” (ID4); “A minha vida é pegar num terço e rezar. É uma conversa com quem eu estou... com ele (marido) a falar... (...) ” (ID10). Este resultado refere-se também a outra estratégia mais comum em mulheres viúvas que frequentam um centro de dia, a da participação em grupos ou práticas religiosas. Importa ainda mencionar que na pergunta (‘O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?’) a classificação mais referenciada pelas participantes também foi a d930 (religião e espiritualidade), por três vezes. Pode-se justificar não só pela ligação que as participantes têm com a prática religiosa, mas sobretudo pela satisfação que sentem: “Eu o que mais gosto de fazer (...) é de rezar (...) ” (ID11).

Em contraste com a pergunta relativa às estratégias, as perguntas ‘O que mudou na sua vida?’, ‘Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?’ e ‘O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?’ foram referenciadas poucas classificações. Realça-se que na relativa aos apoios que recebe (ou recebeu) encontra-se somente uma classificação, o que se pode justificar pelo facto de os apoios estarem relacionados com o componente ‘Fatores Ambientais’, ou seja, com fatores externos e que possam ter impacto na sua funcionalidade (OMS, 2004). De facto, esse componente (‘Atividade e Participação’) está relacionado com a capacidade da pessoa executar atividades necessárias no seu dia-a-dia.

A classificação e5700 (serviços relacionados com a segurança social) foi referenciada seis vezes. Entre as mudanças que a mulher viúva tem que lidar na viuvez, destacam-se as questões socioeconómicas. Quando analisados os discursos das participantes compreende-se que viviam com poucos recursos económicos, podendo esses acentuar-se com o falecimento do cônjuge. É exemplo o discurso de uma das participantes: “Tenho uma ajudazinha (financeira), é poucachinho mas tenho” (ID2). Pode-se deduzir que estes resultados fazem sentido se tivermos presente que muitas vezes as questões económicas ficam a cargo dos filhos, e uma vez que existem requisitos para as pessoas viúvas terem direito à pensão de

viuvez. Importa mencionar que um dos motivos que conduzem à institucionalização são as dificuldades económicas (Carvalho & Dias, 2011; Oliveira, 2013; Oliveira, 2014).

O componente 'Fatores Ambientais' pode traduzir um papel importante no processo de superação do luto quando comparado com o componente ' Funções do Corpo'. Conforme os resultados, constatou-se que os apoios físicos ou humanos são fundamentais para a mulher viúva que vivenciou (ou vivencia) a perda do cônjuge. As classificações mais referenciadas pelas participantes, num total de sessenta vezes, foram: a classificação e310 (família próxima), a e315 (família alargada), a e340 (prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais), a e5700 (serviços relacionados com a segurança social), e a e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral). O apoio familiar é fundamental para as mulheres viúvas, quer em centro de dia, quer em estrutura residencial, como se pode verificar nas trinte e duas referências à classificação e310 (família próxima). Verifica-se que as participantes manifestam uma relação de carinho e de afeto para com os familiares, como podemos verificar: “ (...) eles (filhos) são muito meus amigos! (...) Vão lá muitas vezes (à sua casa) ...” (ID11). Tal como é referido em alguns estudos (Rocha et al., 2005; Baldin & Fortes, 2008), a mulher viúva atribui uma grande importância à presença da família, o que pode estar relacionado com os papéis sociais tradicionais, uma vez que a elas pertencia a tarefa de cuidar dos familiares. A maioria das participantes que residem numa estrutura residencial apresentam-se satisfeitas com o apoio recebido pelos familiares, nomeadamente com as visitas à instituição e com a participação em atividades familiares: “As minhas netas vêm aqui (instituição), a minha R., e vem aqui a S. também, e traz o menino para eu ver” (ID2); “ (...) no dia de carnaval fui comer com eles (filha, genro, netos) fora (...) ” (ID8). Contribuindo, assim, para um melhor bem-estar. A classificação e315 (família alargada) foi, assim, referenciada cinco vezes. Conforme também se verifica nos dados obtidos na vida adulta, na sociedade tradicional as famílias eram extensas. No entanto, ao longo do tempo, houve alterações na estrutura da família, predominando atualmente a família nuclear. As participantes demonstram satisfação relacionada com a presença da família alargada, que assumiu um papel importante principalmente quando os familiares mais próximos estão ausentes, tal como se pode verificar nestes dois testemunhos: “Do lado dele (marido) era tudo amigo, ainda são” (ID5); “As minhas sobrinhas, filhas dessa minha irmã (irmã que mora em Vilela) também são muito minhas amigas” (ID12). No que se refere à classificação e340 (prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais), cinco vezes referenciada, as participantes do estudo referem como ajuda na superação do luto os profissionais e colaboradores das instituições: “ (...) elas (auxiliares)

arranjam sempre trabalho aqui para eu (me) distrair” (ID5). Tal como referido na literatura (Espitia & Martins, 2006; Sousa & Baptista, 2015) a comunidade institucional, devido ao contato social e afetivo estabelecido, constitui um suporte de apoio para lidar com as situações de stresse que resultam da perda. No que respeita à classificação e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral), esta foi mais referenciada na primeira pergunta (‘O que mudou na sua vida?’). Pode-se induzir que este resultado encontra-se relacionado com as modificações que ocorrem na vida da mulher viúva após a perda do companheiro: realça-se a institucionalização, tal como foi referenciada por algumas participantes: “Não, a minha vida mudou nesta coisa, que eu estou aqui (instituição), hoje, e estaria na minha casa se eu tivesse pernas” (ID9). Neste sentido, apesar da classificação e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral) ter sido referenciada apenas cinco vezes, é importante perceber-se que muitas vezes, perante a perda, a mulher idosa sai do seu ambiente residencial e ingressa numa instituição ou por indisponibilidade dos filhos, ou para uma diminuição da solidão, ou por problemas de saúde, entre outros motivos (Pavan et al., 2008; Vivan & Argimon, 2009; Carvalho & Dias, 2011; Oliveira, 2014; Sousa & Baptista, 2015).

As classificações referidas nos três componentes ‘Funções do Corpo’, ‘Atividades e Participação’ e ‘Fatores Ambientais’ indicam que é possível, através do referencial da CIF, classificar formas de superação do processo de luto.

No entanto, alguns discursos não foram passíveis de classificação, devido à ausência de um domínio preciso. Ou seja, a CIF apenas permite classificar pela presença (por exemplo, após o falecimento do cônjuge, que atividades faz) e não pela ausência (por exemplo, que atividades que se deixou de fazer). Nestes casos utilizou-se a classificação nd (não definível) proposta por Cieza e colaboradores (2005), nomeadamente os códigos nd-sm (saúde mental não definível) e o nd-qv (qualidade de vida não definível).

No cômputo geral, as participantes expressaram vários aspetos ligados à parte emocional. Na primeira pergunta (‘O que mudou na sua vida?’) o código mais utilizado foi o nd-qv (qualidade de vida não definível), tendo sido referenciado oito vezes. Após a perda do cônjuge, a mulher viúva tende a enfrentar uma nova realidade caracterizada por mudanças no quotidiano e alterações emocionais que podem conduzir a um sentimento de ‘vazio’ e de tristeza, como se pode verificar nos dois testemunhos seguintes: “ (...) não saía (de casa), não queria sair à rua. Não tinha alegria” (ID8); “Mudou tudo, mudou que fiquei sozinha” (ID5). Estes discursos são consistentes com a literatura, onde se sugere que as várias modificações que surgem na vida

da mulher idosa conduzem a alterações na identidade (por exemplo, uma nova identidade social, a de viúva) e, geralmente, a uma diminuição da qualidade de vida (Ferreira et al., 2008; Galicioli et al., 2012; Suzuki et al., 2012; Sousa & Baptista, 2015).

Na segunda pergunta ('O que fez (ou faz) para superar a dor da perda?') o código nd-sm (saúde mental não definível) foi referenciado quinze vezes. Com a análise dos discursos das participantes percebe-se que a perda do cônjuge pode afetar a saúde mental/emocional, como se pode constatar no seguinte testemunho: “ (...) é uma dor que não passa mais, é uma ferida que não tem mais cura. Para quem tem realmente amor aos maridos é uma dor!” (ID7).

Importa referir que não se verifica um padrão distinto entre as participantes em luto normal (dez) e as em luto complicado (quatro). Quando observadas as diferentes classificações, e em particular a b152 (funções emocionais), a d930 (religião e espiritualidade), assim como os apoios que recebem, não se verificam diferenças. Não emergiu, assim, nenhum padrão distinto, o que pode ser justificável por dois motivos: haver somente quatro participantes em luto complicado, o tempo de perda do ente querido, cujos cônjuges já faleceram há mais de dez anos. A literatura sugere que a superação da perda do cônjuge em mulheres viúvas que frequentam um centro de dia é distinta das que residem numa estrutura residencial. Partindo-se do princípio que neste estudo se podiam encontrar ou não diferenças entre as participantes das duas respostas sociais (centro de dia e estrutura residencial) observa-se uma ausência de diferenças significativas. No entanto, considera-se que a presente investigação apresenta uma realidade das respostas sociais em progresso, a qual esses estudos ainda não evidenciavam. As instituições que se disponibilizaram para que fosse possível fazer a recolha de dados apresentam uma presença significativa no que ao componente 'Atividade e Participação' diz respeito. Constata-se que procuram fomentar o envolvimento da mulher viúva em atividades de cariz social, cultural, espiritual, facilitando-lhes a elaboração do luto, assim como a manutenção do seu nível de funcionalidade.

Verifica-se, assim, que as formas de superação do luto foram contempladas, sobretudo, nos domínios dos componentes 'Atividade e Participação' e 'Fatores Ambientais', com um total de sessenta e nove classificações. Se o componente 'Atividade e Participação' permitiu identificar formas de superação do luto através das estratégias referidas nos discursos das participantes, os 'Fatores Ambientais' assumem um importante papel na manutenção da funcionalidade da mulher viúva. A sua interação possibilita perceber-se que o processo de luto pode ser mapeado à CIF, assim como permite, com base nos componentes que a CIF engloba, desenhar

um programa de intervenção para mulheres viúvas que vivenciam o luto por perda do cônjuge numa estrutura residencial, por exemplo. Para este programa interventivo ser adequado, é importante ter-se em consideração os 'Fatores Pessoais', neste caso a caracterização das informações sociodemográficas e os dados relativos à vida de cada uma.

O presente estudo apresenta algumas limitações. A principal limitação refere-se à inexistência de estudos similares na literatura que permitam comparar os resultados obtidos, uma vez que permitiria encontrar-se justificações para alguns resultados, assim como para a metodologia utilizada, de modo a enriquecer o presente estudo. Outra limitação encontrada refere-se ao ponto 2 da entrevista (vida adulta antes da perda). É importante esta recolha de informação da vida das participantes antes da perda do cônjuge, no entanto, não foi possível aproveitar devidamente os dados obtidos. Se o estudo tivesse uma amostra maior e com o maior número de participantes com luto complicado, possivelmente poder-se-ia verificar (ou não) alguma relação ou padrão distinto entre os dois tipos de luto no processo de superação do luto. Referente ainda à aplicação do Inventário de Luto Complicado (ILC), uma outra limitação refere-se ao facto de a maioria das participantes apresentar dificuldade em compreender os seus diferentes itens, apesar de devidamente explicados. Além disso, aquando da sua aplicação, algumas participantes mencionavam aspetos que seriam pertinentes constarem na entrevista semiestruturada (contudo, foram tiradas notas desses mesmos aspetos). Todavia, o protocolo adotado já era bastante extenso, pelo que por vezes não foi possível finalizar-se o mesmo no mesmo dia devido ao cumprimento dos horários das instituições.

Apesar de se saber que o tempo de perda pode influenciar o processo de superação do luto, tratando-se do primeiro estudo sobre esta temática e a CIF no âmbito académico e científico e que assumiu claramente a sua natureza exploratória, não se inclui como critério de inclusão uma determinada delimitação do número de anos decorridos após a perda do cônjuge. Em que para estudos futuros, sugere-se que este seja tido em consideração, assim como uma comparação entre géneros. Consideram-se, por isso, necessários, mais estudos desta natureza para uma maior compreensão da associação entre o processo de superação do luto e a CIF, nomeadamente para uma melhoria da qualidade dos dados e para possíveis comparações entre estudos.

Por fim, e não menos importante, através das três análises de correspondência entre as UC emergentes no presente estudo e as que constam na *Checklist* geral da CIF, observa-se que os possíveis contributos para um futuro desenvolvimento de um *core set* genérico no âmbito do

luto se centram, essencialmente, nas catorze UC que constam em ambos, considerando-se assim que a sua inserção poderá permitir uma avaliação adequada no que aos aspetos funcionais do processo de superação do luto diz respeito. Destaca-se o facto de noventa e oito das UC que constam na *Checklist* geral da CIF não terem emergido neste estudo, o que se poderá dever, provavelmente, ao facto de não serem essenciais. Por último, registaram-se apenas três UC que emergiram no presente estudo e que não constam na *Checklist* geral da CIF. Julga-se que essas deverão ser tidas em conta aquando da constituição de um futuro *core set*. Implicando na sua criação uma outra metodologia e procedimentos distintos, sugere-se que estes contributos possam ser relevantes numa fase preparatória, nomeadamente nas subfases de revisão sistemática da literatura e de perceção da perspetiva dos peritos.

De seguida, passa-se a apresentar as conclusões do presente estudo.





## CONCLUSÃO

O processo de superação do luto é individual e doloroso devido às situações de stresse que a pessoa tem que enfrentar. Ao longo desse processo, a pessoa enlutada tem que lidar com um conjunto de manifestações psíquicas e somáticas (por exemplo, profunda tristeza, dificuldade de concentração, perda de apetite, alucinações) e que afetam não só o seu estado emocional mas também a sua capacidade funcional. Tal pode conduzir ao surgimento ou agravamento de problemas de saúde, a dificuldade em realizar atividades que antes eram desempenhadas pelo cônjuge ou à solidão comum após a perda de uma pessoa com quem se mantinha uma relação de vinculação forte. Deste modo, quando se aborda o processo de superação do luto há que considerar se reveste de aspetos biopsicossociais, uma vez que a reação ao luto pode depender não só da personalidade da pessoa enlutada, mas também de outros fatores, como por exemplo, a relação que mantinha com a pessoa falecida, o modo como ocorreu a morte ou a forma como pode expressar as suas manifestações de luto na sua comunidade.

Para a compreensão do processo de superação do luto é necessário, deste modo, ter-se presente os fatores biológicos, psicológicos e sociais, também contemplados na Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) para a descrição de aspetos relacionados com a funcionalidade e incapacidade do ser humano. Através das várias unidades e subunidades de classificação que apresenta em cada componente, a CIF permite uma descrição das condições de saúde da pessoa no seu todo (OMS, 2004). A interação que existe entre os componentes 'Funções do Corpo', 'Estruturas do Corpo', 'Atividades e Participação' e 'Fatores Ambientais' pode servir como estrutura na análise do processo de superação do luto. Neste sentido, esta interação pode permitir a avaliação e desenvolvimento de intervenções adequadas (e com uma linguagem universal) no que respeita a cuidados de saúde, relacionais e ambientais que facilitem a capacidade funcional. Um profissional de uma resposta social poderá, perante as necessidades de um utente em processo de superação do luto, avaliar o ambiente físico e social da instituição por forma a saber quais as atividades possíveis e mais adequadas ao mesmo.

O presente estudo exploratório procurou contribuir para o corpo de conhecimento no âmbito do processo de superação do luto, mas focou-se num aspeto ainda não abordado na literatura, isto é, procurou analisá-lo tendo por base o referencial CIF. Foram identificados como principais componentes envolvidas no processo de superação de luto de mulheres idosas

institucionalizadas o de 'Atividades e Participação' e o de 'Fatores Ambientais', que se revelaram como determinantes na compreensão da sua funcionalidade. A sua abordagem biopsicossocial permitiu, deste modo, organizarem-se as formas de superação do luto, que poderão ser utilizadas no desenvolvimento de programas de intervenção (como os psicoeducativos) de modo a dar resposta às necessidades identificadas e relacionadas com a funcionalidade e incapacidade manifestadas. Esta análise com base no referencial CIF pode ser relevante para profissionais e colaboradores de equipamentos gerontológicos, de modo a que as instituições estejam preparadas para oferecer intervenções gerontológicas que deem resposta às necessidades de mulheres idosas viúvas em processo de luto.

Espera-se que os resultados obtidos no presente estudo sejam contributos para futuros estudos (em particular, no desenvolvimento de um *core set* no âmbito do luto - que implica uma distinta metodologia e procedimentos - participando nas subfases de revisão da literatura e de consulta aos especialistas), sobre a relação do processo de superação do luto e a CIF.

## BIBLIOGRAFIA

APA (American Psychology Association) (2014). *DSM-5 - Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais* (5ª edição). Lisboa: Climepsi Editora. P. 1120.

Afonso, M. (2012). Stress, coping e resiliência em pessoas idosas. In C. Paúl, & O. Ribeiro. (coord.), *Manual de Gerontologia: aspetos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento* (163-175). Lisboa: Lidel.

Arizmendi, B. J. & O'Connor, M. F. (2015). What is “normal” in grief?. *Australian Critical Care*, 28, 58-62.

Balci-Celik, S., Yilmaz, M., Kumcagiz, H. & Eren, Z. (2011). Ways of Coping and Gender in Predicting Mourning Attitudes. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1260-1264.

Baldin, C. B. & Fortes, V. L. F. (2008). Viuvez feminina: a fala de um grupo de idosas. *RBCEH Passo Fundo*, 5 (1), 43-54.

Balci-Celik, S., Yilmaz, M., Kumcagiz, H. & Eren, Z. (2011). Ways of Coping and Gender in Predicting Mourning Attitudes. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1260-1264.

Barbosa, A. (2010). Processo de luto. In A. Barbosa, & N. I. Galrica (Eds.), *Manual de cuidados paliativos*, (2ª ed.) (487-532). Lisboa: Núcleo de Cuidados Paliativos/ Centro de Bioética/ Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa.

Barbosa, A. (2013). Processo de luto em Worden. In A. C. Nave (Ed.) *Olhares sobre o luto* (53-65). Lisboa: Núcleo de Cuidados Paliativos/ Centro de Bioética/ Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa.

Barbosa, A. (2013a). Viver com a perda em *Rando*. In C. Machado (ed. lit.), *Olhares sobre o luto* (67-85). Lisboa: Núcleo de Cuidados Paliativos/ Centro de Bioética/ Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa.

Barbosa, A. (2013b). Viver com a perda em *Rando*. In A. Matos (ed. lit.), *Olhares sobre o luto* (17-37). Lisboa: Núcleo de Cuidados Paliativos/ Centro de Bioética/ Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa.

- Bogdan, R. C., Biklen, S. K., Alvarez, M. J., Vasco, A. B., Santos, S. B., & Baptista, T. V. M. (1994). *Investigação qualitativa em educação: uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora.
- Both, T. L., Alves, A. R., Pereira, C. & Teixeira, T. P. (2012). Uma abordagem para o luto na viuvez da mulher idosa. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 9(1), 67-78.
- Bowlby, J. (1980). Loss sadness and depression. In M. Masud & R. Khan, *Attachment and Loss* (Vol III). London: Hogarth.
- Buaes, C. S. (2007). O envelhecimento e a viuvez da mulher num contexto rural: algumas reflexões. *RBCEH, Passo Fundo*, 4 (1), 103-114.
- Bucay, J. (2003). *El camino de las lágrimas*. (2ª ed.). Barcelona: Grijalbo.
- Bui, E., Horenstein, A., Shah, R., Skritskaya, N. A., Mauro, C., Wang, Y., Duan, N., Reynolds III, C. F., Zisook, S., Shear, M. K. & Simon, N. M. (2015). Grief-related panic symptoms in Complicated Grief. *Journal of Affective Disorders*, 170, 213-216.
- Carrilho, M. J. & Craveiro, M. L. (2015). A situação demográfica recente em Portugal. *Revista de Estudos Demográficos*, 54 (4), 57-99, Instituto Nacional de Estatística/ Departamento de estatísticas demográficas e sociais: Lisboa.
- Carvalho, M. P. & Dias, M. O. (2011). Adaptação dos idosos institucionalizados. *Millenium*, 40, 161-184.
- Castaneda, L., Bergmann, A. & Bahia, L. (2014). A Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde: uma revisão sistemática de estudos observacionais. *Revista Brasileira Epidemiologia*, 437-451.
- Castro, S. S., Castaneda, L. & Silveira, H. (2014). Identificação de conteúdo comum entre o questionário do Inquérito de Saúde (ISA-SP) e a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde. *Revista Brasileira Epidemiologia*, 59-70.
- Caregnato, R. C. A. & Mutti, R. (2006). Pesquisa qualitativa: Análise de discurso *versus* análise de conteúdo. *Práticas de Análise de Discurso na Pesquisa em Educação*, 15 (4), 679-684.

- Clewell, T. (2002). Mourning beyond melancholia: Freud's psychoanalysis of loss. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 52 (1), 43-67.
- Cieza, A., Geyh, S., Chatterji, S., Kostanjsek, N., Üstün, B. & Stucki, G. (2005). ICF Linking rules: An update based on lessons learned. *J Medicine and Rehabilitation*. 37, 212-218.
- Espitia, A. Z. & Martins, J. J. (2006). Relações afetivas entre idosos institucionalizados e família: Encontros e desencontros. *Arquivos Catarinenses de Medicina*, 35 (1), 52-59.
- Farinasso, A.L., & Labate, R. C. (2012). Luto, religiosidade e espiritualidade: um estudo clínico-qualitativo com viúvas idosas. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 3, 588-595. Acedido setembro 28, 2015, em <http://www.revistas.ufg.br/index.php/fen/article/view/14453>.
- Fechine, B. R. A. & Trompieri, N. (2012). O processo de envelhecimento: as principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. *Revista Científica Internacional*, 1 (7), 106-194.
- Ferreira, L. C., Leão, N. C. & Andrade, C. C. (2008). Viuvez e luto sob a Luz da gestalt-Terapia: experiências de perdas e ganhos. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 14 (2), 153-160.
- Ferreira-Alves, J. & Silva, M. (2012). O luto em adultos idosos: Natureza do desafio individual e das variáveis contextuais em diferentes modelos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. 25(3), 588-595.
- Ferreira, L. T. D., Castro, S. S. & Buchalla, C. M. (2012). The International Classification of Functioning, Disability and Health: progress and opportunities. *Ciência & Saúde Coletiva*. 19 (2), 469-474.
- Fortin, M – F. (2009). *Fundamentos e etapas do processo de investigação*. (coord.). Loures: Lusodidacta.
- Frade, B., Sousa, H., Pacheco, D., Andrade, S. & Rocha, J. (2010). Luto complicado: Proposta de tradução e validação do Inventory of Complicated Grief. VII. Atas do Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia, 4 a 6 de fevereiro, Braga, Portugal, pg. 320.
- Freud, S. (1917). *Luto e Melancolia*. In *Metapsicologia* (127 – 144). Rio de Janeiro: Imago.
- Galicioli, T. G. P., Lopes, E. S. L. & Rabelo, D. F. (2012). Superando a viuvez na velhice: o uso de estratégias de enfrentamento. *Revista Temática Kairós Gerontologia*, 15 (4), 225-237.

Goldstein, L. L. (1995). Stress e coping na vida adulta e na velhice. In A. L. Neri (org.), *Psicologia do envelhecimento* (145-158). São Paulo – Brasil: Papirus editora.

Gonçalves, L. H. T., et al. (2010). O idoso institucionalizado: Avaliação da capacidade funcional e aptidão física. *Caderno de Saúde Pública*, 26 (9), 1738-1746.

Gonçalves, J. R. L., Silva, G. C., Santos, E. A., Soares, P. P. B., Silvano, C. M. & Campos, E. C. (2014). Mecanismos de enfrentamento utilizados por idosos residentes em instituições de longa permanência. *REFACS*, 2 (1), 28-33.

Hall, A. A., Reynolds III, C. F., Butters, M., Zisook, S., Simon, N., Corey-Bloom, J., Lebowitz, B. D., Begley, A., Mauro, C. & Shear, M. K. (2014). Cognitive functioning in complicated grief. *Journal of Psychiatric Research*, 58, 20-25.

Instituto Nacional de Estatística (2015). Envelhecimento da população residente em Portugal e na União Europeia. *Instituto Nacional de Estatística web site*. Acedido agosto 10, 2015, em [https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_destaques&DESTAQUESdest\\_boui=224679354&DESTAQUESmodo=2&xlang=pt](https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=224679354&DESTAQUESmodo=2&xlang=pt).

Jacob, L. (2005). A importância das Universidades de Terceira Idade na qualidade de vida dos seniores em Portugal. *Revista Medicina e Saúde*, 16 – 17.

Jacob, L. (2012). Respostas sociais para idosos em Portugal. In P. Fernando (coord). *Teoria e prática da gerontologia: Um guia para cuidadores de idosos* (129-147). Viseu: Psicosoma.

Jr. Paixão, C. M. & Reichenheim, M. E. (2005). Uma revisão sobre instrumentos de avaliação do estado funcional do idoso. *Caderno de Saúde Pública*, 21 (1), 7-19.

Kersting, A., Brähler, E., Glaesmer, H. & Wagner, B. (2011). Prevalence of complicated grief in a representative population-based sample. *Journal of Affective Disorders*, 131, 339-343.

Kubler-Ross, E. (1996). *Sobre a morte e o morrer*. (7.ª ed.). São Paulo: Martins Fontes.

Maciel, M. G. (2010). Atividade física e funcionalidade do idoso. *Motriz*, 16(4), 1024-1032.

Machado, F. N., Machado, A.N. & Soares, S. M. (2013). Comparação entre a capacidade e desempenho: um estudo sobre a funcionalidade de idosos dependents. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 21 (6), 1321-1329.

Marques, L., et al. (2013). Complicated grief symptoms in anxiety disorders: Prevalence and associated impairment. *Depression and anxiety*, 30, 1211-1216.

Menezes, T. M. O. & Lopes, R. L. M. (2014). Significados do vivido pela pessoa idosa longeva no processo de morte/morrer e luto. *Ciência & Saúde Coletiva*, 19 (8), 3309-3316.

Morais, E. N., Marino, M. C. A. & Santos, R. R. (2010). Principais síndromes geriátricas. *Rev Med Minas Gerais*, 20 (1), 54-66.

Naef, R., Ward, R., Mahrer-Imhof, R. & Grande, G. (2012). Characteristics of the bereavement experience of older persons after spousal loss: An integrative review. *International Journal of Nursing Studies*, 50, 1108-1121.

Neto, F. (2000). *Psicologia Social*. Volume II. Lisboa: Universidade Aberta.

Neri, A. L. (org.) (1995). *Psicologia do envelhecimento*. São Paulo – Brasil: Papirus editora.

Oliveira, J. B. A & Lopes, R. G. C. (2008). O processo de luto no idoso pela morte de cônjuge e filho. *Psicologia em estudo*, 13, 217-221. Acedido janeiro 15, 2014, em <http://www.scielo.br/pdf/pe/v13n2/a03v13n2>.

Oliveira, C. M. D. (2013). *Práticas de lazer dos idosos fora do Centro de Dia - Um estudo de caso*. Dissertação de Mestrado, Instituto de Ciências Sociais – Universidade do Minho, Portugal.

Oliveira, C. M. (2014). *A identidade do idoso no processo de institucionalização: estudo exploratório*. Dissertação de Mestrado – Instituto Superior de Serviço Social do Porto, Portugal.

OMS (Organização Mundial de Saúde) (2004). *Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde*. Lisboa: Direção-Geral da Saúde.

Papalia, D., Olds, S. & Feldman, R. (2006). *Desenvolvimento humano* (8.ª ed.). Porto Alegre: Artmed.

Penman, E. L., Breen, L. J., Hewitt, L. Y. & Prigerson, H. G. (2015). Public Attitudes About Normal and Pathological Grief. *Death Studies*, 38, 510-516.

Parahyba, M. I. & Simões, C. C. S. (2006). A prevalência de incapacidade funcional em idosos no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 11 (49), 967-974.

- Parkes, C. M. (2010). Grief: Lessons from the past, visions for the future. *Psychologica Belgica*, 50 (1&2), 7-26.
- Parkes, C. (1998). *Luto: estudos sobre a perda na vida adulta*. São Paulo: Summus.
- Pavan, F. J., Meneghel, S. N. & Jungez, J. R. (2008). Mulheres idosas enfrentando a institucionalização. *Caderno de Saúde Pública*, 24 (9), 2187-2190.
- Quintana, J. M., Ferreira, E. Z., Santos, S. S. C., Pelzer, M. T., Lopes, M. J. & Barros, E. J. L. (2014). A utilização da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde no cuidado aos idosos. *Revista de Enfermagem Referência*, 4 (1), 145-152.
- Rebelo, J. E. (2005). Importância da entreaajuda no apoio a pais em luto. *Análise Psicológica*. 4(23), 373-380.
- Rebelo, J. E. (2009). *Amor, luto e solidão*. Alfragide: Casa das letras.
- Rebelo, J. E. (2013a). *Desatar o nó do luto*. (4ª ed). Alfragide: Casa das letras.
- Rebelo, J.E. (2013b). *Defilhar: Como viver a perda de um filho*. Lisboa: Casa das letras.
- Riberto, M. (2011). Core sets da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 64 (5), 938-946.
- Rodrigues, R. (2008). Validação da versão em português europeu de questionário de avaliação funcional multidimensional de idosos. *Revista Panamerica de Salud Publica*, 23(2), 109–15.
- Rocha, C., Gobbi, I., Mazzarino, M., Krabbe, S. & Areosa, S.V.C. (2005). Como mulheres viúvas de terceira idade encaram a perda do companheiro. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento humano, Passo Fundo*, 2 (2), 65-73.
- Rubio, M. E. (2014). Widowhood: The representation of death through of the vision male and female. *Journal Kairós Gerontologia*, 17, 137-148.
- Sampaio, R. F., & Luz, M. T. (2009). Funcionalidade e incapacidade humana: explorando o escopo da classificação internacional da Organização Mundial da Saúde. *Cadernos de Saúde Pública*, 25 (3), 475–483.



- Schneider, R. H. & Irigaray, T. Q. (2008). O envelhecimento na atualidade: aspetos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. *Estudos de Psicologia*, 25(4), 585-593
- Scocco, P., Rapattoni, M. & Fantoni, G. (2006). Nursing home institutionalization: a source of eustress or distress for the elderly?. *International journal of geriatric psychiatry*, 21, 281-287.
- Seidl, E., Tróccoli, B.T. & Zannon, C. (2001). Análise fatorial de uma medida de estratégias de enfrentamento. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 17 (3), 225-234.
- Sizuki, M. Y., Silva, T. L. B. & Falcão, D. V. S. (2012). Idosas viúvas: da perda à reorganização. *Revista Temática Kairós Gerontologia*, 15 (4), 207-223.
- Sousa, J. G. (2013). *Velhice na cultura contemporânea: Um estudo sobre a perda emocional profunda*. Tese de Doutorado, Departamento de Línguas e Culturas – Universidade de Aveiro, Portugal.
- Sousa, J. & Baptista, M. M. (2015). Género e perda emocional profunda na velhice. *Revista Lusófona de Estudos Culturais*, 3 (1), 191-212.
- Stroebe, M. & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death Studies*, 23 (3), 197-224.
- Valdés, S.E.C. (2012). ¿Es la vejez lo que se dice de ella? *Revista Temática Kairós Gerontologia*, 15 (4), 11-22.
- Vaterlaus, J.M. (2014). New normal project: An intervention for grief and loss. *Journal of family psychotherapy*, 25 (1), 78-88.
- Vivan, A. S. & Argimon, I. I. (2009). Estratégias de enfrentamento utilizadas por idosos e dificuldades funcionais. *Cadernos de Saúde Pública*, 25 (2), 436-444.
- Worden, J. W. (2009). *Grief Counseling and grief therapy: A handbook for the mental Health practitioner* (4th Ed.). New York: Springer Publishing Company.
- Worden, J. W. (2002). *Grief counseling and grief therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner* (3th Ed.). New York: Springer Publishing Company, LLC.
- Worden, J. W. (1998). *Terapia do luto*. Porto Alegre: Artes Médicas.



## ANEXOS

---

### ANEXO 1: PARECER DA COMISSÃO DE ÉTICA



#### PARECER

Sobre o estudo "O processo de luto em pessoas idosas viúvas institucionalizadas e a CIF: um estudo exploratório"

##### A - RELATÓRIO

A.1. O Observatório do Luto em Portugal iniciou o seu parecer com base no pedido solicitado à sua Direção, datado de 29 de outubro de 2014, sobre o estudo "O processo de luto em mulheres idosas viúvas institucionalizadas e a CIF: um estudo exploratório" a realizar no Distrito de Aveiro.

A.2. Fazem parte do processo de avaliação os seguintes documentos: i) pedido de parecer para a realização do estudo à Direção do Observatório do Luto em Portugal pela investigadora e ii) protocolo do estudo, questionário, folha de informações e modelo de consentimento informado, livre e esclarecido.

A.3. Este estudo tem como objetivo geral «analisar, no âmbito da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF), o processo de superação do luto pela perda do cônjuge em mulheres com idade igual ou superior a 60 anos e que estejam institucionalizadas».

Trata-se de um estudo que se insere numa abordagem qualitativa, do tipo transversal descritivo, com aplicação de um protocolo com dois instrumentos de avaliação e uma entrevista semiestruturada. A população será constituída mulheres, com mais de 60 anos, residentes numa instituição e a quem faleceu o cônjuge.

A amostra não-probabilística, objetiva, de conveniência, será constituída por um total obtido através do ponto de saturação de respostas encontrado. Destacam-se como critérios de inclusão: i) terem uma experiência vivencial de luto por perda do cônjuge, ii) terem mais de 60 anos de idade, e iii) estarem institucionalizadas. Como critérios de exclusão foram definidos: i) a incapacidade para perceber o que irá ser realizado ou a impossibilidade de assinar o consentimento informado, livre e esclarecido e ii) obter uma pontuação igual ou superior a 4 no instrumento de avaliação cognitiva "Short Portable Mental Status Questionnaire" (SPMQ;



Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental], utilizado para despiste do declínio cognitivo.

O convite será feito pessoalmente pela investigadora a participantes a residir numa instituição, sendo marcados um local e uma hora com caso aceite. A investigadora informa, claramente, sobre os procedimentos quanto à recolha da informação.

As participantes do estudo são devidamente informadas sobre o mesmo, e a folha de informações e o modelo de consentimento informado, livre e esclarecido apresentados atendem os pressupostos que salvaguardam o princípio da autonomia, garantindo ainda a confidencialidade e o anonimato.

#### **B – IDENTIFICAÇÃO DAS QUESTÕES COM EVENTUAIS IMPLICAÇÕES ÉTICAS**

B.1. Reconhece-se pertinência ao estudo e interesse prático nos resultados esperados. Está desenhado numa base metodológica correta, o que salvaguarda aspetos éticos fundamentais.

B.2. Estão acautelados os princípios da justiça e da autonomia e bem-estar das participantes pelos objetivos apresentados e pela justificação para a recolha de dados.

#### **C – CONCLUSÕES**

Face ao exposto, a Direção do OLP-Observatório do Luto em Portugal delibera dar parecer favorável à realização deste estudo.

Aveiro, 12 de novembro de 2014

  
(Prof.ª Doutora Maria de Fátima Albuquerque)

## Anexo 2: Folha de informações



---

### FOLHA DE INFORMAÇÕES

#### 1. Introdução

Somos um grupo de investigadores/estudantes da Universidade de Aveiro e gostaríamos de o(a) convidar para participar no estudo que estamos a realizar. Contudo, antes de decidir se gostaria de participar, é importante que compreenda os objetivos do estudo e o que ele envolve. Peço-lhe que leia atentamente as informações que se seguem e que, se assim o considerar, as discuta com parentes e/ou amigos. Por favor, sinta-se à vontade para nos contactar e colocar todas as questões que lhe surjam (o número de telefone e morada encontram-se no final desta folha).

#### 2. Informação adicional

Este estudo tem como objetivo explorar a relação entre o processo de superação do luto em pessoas idosas viúvas institucionalizadas com idade igual ou superior a 65 anos e a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).

Esta informação ajudará os profissionais das áreas da saúde e social a identificarem qual a melhor forma de apoiar quem necessita de cuidados adicionais na superação do processo de luto e a implementar programas de intervenção com o objetivo de melhorar a qualidade de vida destas pessoas.

#### 3. Será que sou a pessoa adequada para participar neste estudo?

Para participar neste estudo, procuramos pessoas com 65 ou mais anos e que vivenciaram (ou vivenciam) o luto por perda do cônjuge, e que frequentem uma instituição.

#### 4. Sou obrigado a participar no estudo?

A decisão de participar ou não no estudo é sua! Se decidir participar ser-lhe-á pedido que assine a folha do consentimento livre, esclarecido e informado e que nos dê uma entrevista. **Se decidir participar e depois quiser desistir, poderá fazê-lo em qualquer altura e sem dar nenhuma explicação.**

#### **5. O que irá acontecer se eu decidir participar?**

Se decidir participar no estudo, será entrevistado por uma investigadora/estudante da Universidade de Aveiro. Cada entrevista demorará cerca de 45 minutos e terá lugar na instituição. Durante a entrevista irá ser pedido que responda a duas escalas e a três perguntas sobre o seu luto.

#### **6. Quais são os possíveis benefícios de participar neste estudo?**

O estudo realiza-se no âmbito de um projeto de investigação/mestrado e não o ajudará a si diretamente. Contudo, os resultados deste estudo irão ajudar os investigadores e profissionais de saúde e da área social a identificar estratégias de superação de luto e qual sua repercussão na funcionalidade do dia-a-dia e, assim como a desenhar programas de intervenção para melhorar a qualidade de vidas destas pessoas e evitar que venham a precisar, no futuro, de cuidados de saúde adicionais.

#### **7. O que acontecerá aos resultados do estudo?**

Uma vez concluído o estudo, os seus resultados serão apresentados sob a forma de uma dissertação de mestrado e poderão vir a ser publicados numa revista de investigação.

#### **8. Será assegurada a confidencialidade dos meus dados?**

O seu anonimato será sempre garantido. A informação recolhida será codificada e mantida estritamente confidencial para todos os que não estejam diretamente envolvidos no estudo.

**Contacto do investigador responsável (caso queira colocar dúvidas ou questões):**

Margarida Cerqueira

Professora Adjunta

Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro | Tel. 234 372 444 | Ext. 27136

[mcerqueira@ua.pt](mailto:mcerqueira@ua.pt)

José Eduardo Rebelo

Professor Adjunto

Departamento de Biologia | Tel. 234 370 780 | Ext. 22788

[rebelo@ua.pt](mailto:rebelo@ua.pt)

### **Contacto do estudante/investigador**

Diana Coelho

Estudante do mestrado em Gerontologia

Secção Autónoma de Ciências da Saúde da Universidade de Aveiro | Tel. 913447172

[dianamicaela@ua.pt](mailto:dianamicaela@ua.pt)

### **Anexo 3: Pedido de autorização para a recolha de dados na instituição**

Assunto: Pedido de autorização para recolha de dados para um projeto de investigação

Eu, Diana Micaela Veríssimo Coelho, estudante do mestrado em Gerontologia da Secção Autónoma de Ciências da Saúde da Universidade de Aveiro, venho por este meio solicitar a colaboração da Vossa instituição no sentido de realizar recolha de dados para fins de investigação relativa ao projeto de investigação “ O processo de luto em mulheres idosas viúvas institucionalizadas e a CIF: um estudo exploratório”, sob orientação da Prof.<sup>a</sup> Doutora Margarida Cerqueira da Escola Superior de Saúde e do Prof. Doutor José Eduardo Rebelo do Departamento de Biologia, ambos da Universidade de Aveiro.

O projeto de investigação tem como objetivo explorar a relação entre o processo de superação do luto em pessoas idosas viúvas institucionalizadas com idade igual ou superior a 65 anos e a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF). Para tal, será necessário recolher informação sociodemográfica, administrar duas escalas (*Short Portable Mental Status Questionnaire* e o Inventário de Luto Complicado (ICG)) e realizar uma entrevista semiestruturada. Esta recolha de dados demorará cerca de 45 minutos, sendo que os dados são confidenciais e o anonimato do participante sempre garantido. Para participar no estudo, as pessoas idosas darão a sua autorização em participar. Caso assim o decidam, ser-lhes-á pedido que assinem uma folha de consentimento livre, esclarecido e informado.

Pretende-se realizar a colheita de dados a pelo menos 10 indivíduos utentes nas respostas sociais de Estrutura Residencial para Pessoas Idosas ou de Centro de Dia. Se possível, solicito a sua realização no fim do mês de fevereiro.

Certa da Vossa melhor atenção,

Com os melhores cumprimentos,

---

Diana Coelho

Aveiro, 12 de fevereiro de 2015



#### **Anexo 4: Pedido de participação aos familiares**

Assunto: Participação do seu familiar num projeto de investigação/ mestrado da Universidade de Aveiro

Eu, Diana Coelho, estudante do Mestrado em Gerontologia da Seção Autónoma de Ciências da Saúde da Universidade de Aveiro, estou a realizar o meu projeto de investigação/mestrado intitulado 'O processo de luto em mulheres idosas viúvas institucionalizadas e a CIF: um estudo exploratório', pelo que gostaria de convidar o seu familiar a participar neste estudo.

Este tem como objetivo explorar a relação entre o processo de superação do luto em pessoas idosas viúvas institucionalizadas com idade igual ou superior a 65 anos e a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).

A decisão de participar no estudo é do seu familiar. Se decidir participar ser-lhe-á solicitado que assine uma folha de consentimento livre, esclarecido e informado e que nos dê uma entrevista. Em caso de querer desistir poderá fazê-lo em qualquer altura e sem dar nenhuma justificação.

A entrevista será realizada por mim, em contexto nas instalações da instituição, e assegurando o anonimato do seu familiar aquando da análise dos dados. Durante a entrevista pedir-lhe-ei que responda a duas escalas e a três perguntas sobre o luto.

A informação recolhida pelo seu familiar é mantida estritamente confidencial. As informações referidas têm como fim dar conhecimento do estudo aos prestadores de cuidados informais e da possível participação do seu familiar.

Em caso de alguma questão ou dúvida que queira esclarecer, seguem os meus contactos:

Diana Coelho

Tel. 913447172

dianamicaela@ua.pt

Com os melhores cumprimentos,

Diana Coelho

Paços de Ferreira, 15 de Março de 2015

## Anexo 5: Protocolo

### CONSENTIMENTO INFORMADO, LIVRE E ESCLARECIDO

#### Considerando a Declaração de Helsínquia da Associação Médica Mundial

(Helsínquia, 1964; Tóquio, 1975; Veneza, 1983; Hong Kong, 1989; Somerset West, 1996; Edimburgo, 2000)

**Por favor responda às questões que se seguem colocando uma cruz na coluna apropriada.**

	Sim	Não
Eu recebi toda a informação adequada sobre o estudo.		
Eu li/foi-me lida a folha de informação aos participantes.		
Foi-me permitido colocar questões e discutir o estudo.		
Eu compreendo que posso desistir do estudo em qualquer altura e sem qualquer penalização.		
Eu concordo em participar no estudo sobre luto e funcionalidade (CIF).		

Nome do investigador: \_\_\_\_\_

Assinatura do investigador: \_\_\_\_\_

Nome do participante: \_\_\_\_\_

**Assinatura do(a) participante**

\_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / 201\_\_

### PASSAR O CONSENTIMENTO INFORMADO, LIVRE E ESCLARECIDO

Explicação dos objetivos do estudo, seu enquadramento, condições de participação, confidencialidade e anonimato (assinar consentimento).

### MANTER CONTACTO VISUAL

Senhor(a). \_\_\_\_, gostaria de lhe agradecer por aceitar falar comigo e pelo tempo que lhe vou ocupar na resposta às nossas questões. A nossa conversa deverá durar entre 20 a 30 minutos.

Durante este tempo farei algumas perguntas sobre si, sobre a sua perda e sobre alguns aspetos do seu dia-a-dia. Se durante a nossa conversa não quiser responder a alguma questão, não há qualquer problema, apenas tem de me o dizer. Tem alguma dúvida ou pergunta que queira colocar agora, antes de começarmos?

### 1. INFORMAÇÃO SOCIODEMOGRÁFICA

Para começar, vou-lhe fazer algumas perguntas muito simples sobre si.

Nome:	Apelido:	Género:	I.D.:
Idade:	Estado Civil:	Escolaridade:	N.º de filhos:
Data de nascimento:	Localidade geográfica: Urbano/Rural		
Quando faleceu o ente querido?	Morte esperada ou súbita?	Institucionalizado(a)?	
Toma medicação antidepressiva, soníferos ou ansiolíticos?		Há quanto tempo a toma?	
Quais os medicamentos?			

Estas foram questões gerais sobre si. Agora gostaria que o(a) Sr(a). me respondesse ao seguinte.

### 2. FUNCIONAMENTO COGNITIVO

**SHORT PORTABLE MENTAL STATUS QUESTIONNAIRE** (Pfeiffer, 1973; traduzido e adaptado por CEISUC, 2007)

	Não	Sim
1. Em que data estamos? (dia/mês/ano)*	0	1
2. Que dia da semana é hoje?	0	1
3. Como se chama esta localidade?	0	1
4. Qual é o seu número de telefone? <i>Qual é o seu endereço (só se não tiver telefone)</i>	0	1
5. Quantos anos tem?	0	1
6. Qual é a sua data de nascimento? (dia/mês/ano)*	0	1
7. Como se chama o atual Presidente da República?	0	1

8. Como se chamava o anterior Presidente da República?	0	1
9. Qual é o seu apelido?	0	1
10. Subtraia 3 de 20. Agora subtraia mais três... **	0	1

\*Tem que nomear corretamente

\*\*Tem que nomear corretamente a sequência (20 ou 17, 14, 11, 8, 5, 2)

Obrigado(a) por ter respondido. Importa-se que falemos agora sobre o seu luto?

### 3. LUTO

#### INVENTÁRIO DE LUTO COMPLICADO (ICG) (Frade e Rocha, 2010)

A seguir encontra-se uma lista de dificuldades que são sentidas, por vezes, pelas pessoas após a perda de um ente querido. Por favor, leia cada um dos itens e indique, com um círculo, a resposta que melhor descreve como se sente atualmente em relação a uma situação de luto.

	Nunca	Rara-mente	Às vezes	Muitas vezes	Sempre
1. Eu penso tanto nesta pessoa que é difícil fazer as coisas que normalmente faço...	0	1	2	3	4
2. As memórias da pessoa que morreu perturbam-me...	0	1	2	3	4
3. Eu sinto que não aceito a morte da pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
4. Eu dou por mim a sentir a falta da pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
5. Eu sinto-me atraído pelas coisas e lugares associados à pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
6 Não consigo evitar sentir-me zangado com a sua morte...	0	1	2	3	4
7. Eu sinto descrença sobre o que aconteceu...	0	1	2	3	4
8. Eu sinto-me atordoado ou confuso com o que aconteceu...	0	1	2	3	4
9. Desde que ele(a) morreu é-me difícil confiar nas pessoas...	0	1	2	3	4
10. Desde que ele(a) morreu, sinto que perdi a capacidade de me interessar com outras pessoas ou sinto-me distante das pessoas de que gosto...	0	1	2	3	4
11. Eu sinto dor na mesma parte do corpo ou tenho alguns dos sintomas da pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
12. Eu desvio-me do meu caminho para evitar lembranças da pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
13. Sinto a minha vida vazia sem a pessoa que morreu...	0	1	2	3	4

14. Eu ouço a voz da pessoa que morreu falar-me...	0	1	2	3	4
15. Eu vejo a pessoa que morreu diante de mim...	0	1	2	3	4
16. Eu sinto que é injusto que eu deva viver enquanto esta pessoa morreu...	0	1	2	3	4
17. Eu sinto-me amargurado(a) sobre a morte desta pessoa...	0	1	2	3	4
18. Eu sinto inveja daqueles que não perderam ninguém próximo...	0	1	2	3	4
19. Eu sinto-me só grande parte do tempo desde que ele(a) morreu...	0	1	2	3	4

Obrigado(a) por ter respondido. Agora vou-lhe perguntar como se sente atualmente e o que sente que fez (faz) para superar a perda do ente querido que perdeu.

#### 4. ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA (adaptado de Sousa, 2013)

1. Sente-se, neste momento, em luto?

##### [Vida adulta]

2. Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa.

##### [A perda]

3. Fale-me acerca do que sentiu após a perda do seu ente querido (dentro da família, dos amigos, da profissão, condição de saúde, situação socioeconómica).
  - a. O que mudou na sua vida?
  - b. Como fez (ou faz) a superação da dor?
  - c. Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?
  - d. Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?
  - e. O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?

Sr(a). \_\_\_\_, muito obrigado(a) por partilhar todos estes assuntos delicados comigo. Chegámos ao fim da nossa conversa, pelo que quero agradecer-lhe, uma vez mais, por se ter disponibilizado a colaborar neste trabalho de índole científico.

#### 5. CONCLUSÃO

Não tenho mais nenhuma pergunta a fazer. Gostaria de dizer mais alguma coisa que considere importante? (Em caso negativo) Ficamos então por aqui.

Primeiro momento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/201\_\_ | Segundo momento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/201\_\_

Local da entrevista: \_\_\_\_\_ Outra pessoa (familiar/amigo/vizinho)  
presente no momento da entrevista: \_\_\_\_\_

Entrevistador(es): \_\_\_\_\_

**OBSERVAÇÕES**

--

## ANEXO 6: ENTREVISTAS (ID1-ID14)

### ID1

**E.: Dona S., neste momento, sente-se em Luto?**

**P.:** O luto... O meu marido pedia: - “Não quero ninguém que ponha luto por mim. Quero que rezem por mim”. Eu andei uns anos ainda, uns aninhos, só depois é que comecei a aliviar, a aliviar o luto. E depois ele morreu, pois claro, e a roupa que eu tinha dei-a toda...

**E.: E os seus sentimentos? Sente dor?**

**P.:** Eu não tenho ninguém, de família.

**E.: Mas relativamente ao seu marido, ainda sente dor pela perda?**

**P.:** Tenho. Era a minha companhia...

**E.: Queria que me falasse um bocadinho de si, da sua vida, como é que cresceu, como é que conheceu o seu marido, o que é que fazia...**

**P.:** Olhe, eu era uma alegre. Andava sempre a cantar pelas terras, quando era novazita, onde eu trabalhava, com o meu pai. E às vezes o meu marido, que era mais velho que eu, mas só 2 anos, e passava lá pela minha terra e eu a cantar e ele assim: - “Eh... Andas alegre!”, - “Pois ando. Então, para quê tristezas?”. Ele andava na marinha, e daí começou a gostar de mim. Eu andava na seca do bacalhau e, ajudava-o a levar o cestinho dele, para ele não ir com ele, levava-lho eu. Que a gente íamos a pé. Antes era a pé, sempre. E *apóis* [depois] ficámos, ficámos... Namorámos uns anitos e, depois ele ainda não se queria casar...

**E.: A Dona S. já queria casar...**

**P.:** ... Retirámo-nos para não haver nada, não é? E depois ele, coitado, compraram (marido e os irmãos) lá uma terra à mãe e ele andava sozinho. Tinha mais 2 irmãos, mas andava sozinho a ganhar para pagar a terra e, lá depois, chegou ao pé de mim e disse: - “S., a gente vai-se casar!” Eu disse: - “Ei agarraste agora para casar tão depressa?”, - “Eu agarrei, porque não tenho vagar para andar a ganhar sozinho para a terra”. E, assim foi. Assim foi, depois tiveram de ganhar, todos os 3 (irmãos), para a terra.

**E.: Mas a Dona S., o que é que fazia?**

**P.:** Eu? Surribava [arar] a eito com o meu paizinho, nova, novazita. E ele (pai) era assim para mim: - “Eh S., tu és mais nova que eu e levas o [um] bocado maior do que eu”, - “Eh pai, sabe que sou mais nova que você!”. Era mais nova, tinha força, não é?

**E.: Tinha força, é verdade.**

**P.:** Pois, graças a Deus. Era areia [impercetível] para a terra. E a gente tinha de fazer isso.

**E.: E as suas irmãs, também trabalhavam?**

- 32 **P.:** As minhas irmãs andavam no trabalho (noutro).
- 33 **E.:** Ah, não trabalhavam... Não trabalhavam aí. E o que é que fazia para se divertir?
- 34 **P.:** Para me divertir?
- 35 **E.:** Naquela altura.
- 36 **P.:** Olhe, a casa da minha mãe era do lado da estrada... Um bocado, tinha carreiros [caminhos
- 37 de terra] para ir para lá... *Haviam* [Havia] uns *ogros* [toscos] a tocar lá na eira... Tinha uma loja.
- 38 Eu ia a correr e ia para lá também dançar. E *prontos* [pronto], era o meu divertimento, não
- 39 tinha mais nenhum.
- 40 **E.:** Gostava do bailarico.
- 41 **P.:** Ah, eu dançava muito bem.
- 42 **E.:** E dançava com o seu marido?
- 43 **P.:** Dançava também. Uma vez, o meu pai e a minha mãe foram à Vagueira, tinham lá um
- 44 amigo... E faziam lá bailes. Eu ainda era nova, ele (pai) ia ter com o amigo dele e eu também
- 45 estava lá, também dançava. Pronto, foi mais um. Já era casado. [impercetível]. Olhe, a dançar
- 46 o tango até ganhámos o prémio. Eu e o outro.
- 47 **E.:** Era uma boa dançarina.
- 48 **P.:** Era, porque eu [impercetível]. Ainda há 3 anos lá fui, no centro de dia, na Vagueira. Elas
- 49 (Doutora, auxiliares) diziam-me assim: - “Você não pode ir (embora) daqui. Você faz aqui muita
- 50 falta à gente”.
- 51 **E.:** Animava, não é?
- 52 **P.:** Elas eram todas minhas amigas. “Não pode ir, faz falta para tudo”. Para trabalhar, faziam
- 53 sempre assim muitas coisitas para vender e para dançar. É assim, mas calhou-me mal, na
- 54 carrinha a estrada era assim às coisas, sabe?
- 55 **E.:** Sim. Paralelos, tinha paralelos?
- 56 **P.:** Era, abriu-me a coluna.
- 57 **E.:** Ai caiu?
- 58 **P.:** A coluna abriu e eu gritava. Quando passava naquelas coisas, eu gritava. Mas elas não
- 59 sabiam, as cachopas que iam a guiar e deixei de ir.
- 60 **E.:** Deixou de ir para lá.
- 61 **P.:** Deixei de ir, por causa de não poder. E até veio cá a senhora Doutora de lá, era muito
- 62 minha amiga, (e) veio cá à minha casa, onde eu estive 1 ano a dormir de noite, sabe? Aqui
- 63 numa rapariga, aqui perto de mim também. E ela foi lá, levar os papéis que lá tinha.
- 64 **E.:** Isso foi há quanto tempo?



- 65 P.: Isto já foi...
- 66 E.: **Foi depois da morte do seu marido.**
- 67 P.: Ah, foi. Já foi há um tempo. O meu marido morreu...
- 68 E.: **Há 3 anos.**
- 69 P.: [impercetível] Olhe, fiquei sempre a cantar e a dançar...
- 70 E.: **Continuou... Pois, foi logo para as instituições.**
- 71 P.: Sim, elas (auxiliares do centro de dia da Vagueira) queriam. Para não andar tão triste,
- 72 sempre.
- 73 E.: **Para não andar tão triste, exatamente... Continuou a viver. Mas a sua ligação com o seu**
- 74 **marido como é que era?**
- 75 P.: Era boa, graças a Deus, nunca nos zangámos.
- 76 E.: **Eram muito amigos um do outro.**
- 77 P.: Sim, éramos amigos, éramos.
- 78 E.: **Olhe Dona S., agora gostava que me falasse um bocadinho mais do que sentiu após a**
- 79 **perda do seu marido. O que é que sentiu após a perda do seu marido?**
- 80 P.: O que é que eu sentia dele?
- 81 E.: **O que é que sentiu após perder o seu marido?**
- 82 P.: Ai de perder? Fiquei triste, não é? Chorava sempre também mas, então, eu dizia: - “Oh meu
- 83 Deus, eu não quero chorar, eles (marido e filho) nem estão bem onde estão”. E o meu filho era
- 84 a mesma coisa, andava sempre a gritar pela terra, a chamar para ir para ao pé de mim e,
- 85 disseram assim: - “Não faças isso, não faças isso porque ele (filho) anda carregadinho de
- 86 lágrimas. Não acompanha os outros”. Eu deixei mais de chorar, mas às vezes ainda choro, às
- 87 vezes ainda choro por ele.
- 88 E.: **Pelo seu marido e pelo seu filho.**
- 89 P.: Sim, sim.
- 90 E.: **Pelos dois. É normal. O que é que mudou na sua vida, desde a morte do seu marido?**
- 91 P.: Olhe, fiquei sempre triste, às vezes ainda me rio. Coisas que elas (trabalhadores da
- 92 instituição) às vezes fazem, não é? Mas o coração está sempre triste.
- 93 E.: **Na altura, quando perdeu o seu marido, e mesmo agora, o que é que faz para superar**
- 94 **essa dor que sente?**
- 95 P.: Olhe, viro-me a rezar. É o que a gente faz mais, é rezar, que eu lembro-me (de) ele a dizer
- 96 que rezasse muito.
- 97 E.: **Então reza muito. Mas é isso... Isso dá-lhe um conforto?**

- 98 P.: Dá. De noite, quando me lembro dele, viro-me a rezar também, na cama.
- 99 E.: **Fica mais descansada. E no seu dia a dia, que estratégias, após a perda do seu marido,**
- 100 **que maneiras arranjou para conseguir continuar a viver?**
- 101 P.: Olhe, para continuar a viver... A minha filha veio da América, uma vez. E eu já vim de lá da
- 102 América doente. Eu chorava todos os dias para me virem *levar* [trazer]. E o meu filho, atrás do
- 103 outro que morreu, disse assim: - “Oh mulher deixa estar que eu vou levar-te lá”. E foi marcar a
- 104 viagem e veio-me levar a casa, porque eu andava sempre a chorar. E depois disse à minha
- 105 filha: - “Eh menina, T., vamos lá ao sul?”, que este lar ainda não estava aberto... “Vamos lá ao
- 106 sul?” (filho).
- 107 E.: **Mas isso, foi a opção da Dona S. ir para uma instituição.**
- 108 P.: Foi, e vai ela (filha) disse: - “Vamos, vamos então lá ao sul, você quer ir? Se você se der lá,
- 109 fica e se, não se der lá, vai mais a gente para a América” E eu disse: - “Para a América é que eu
- 110 não vou. Eu não quero Américas mais”. É assim.
- 111 E.: **Nunca ia voltar. Mas o que é que costuma fazer para lidar com essa tristeza que sente,**
- 112 **com essa dor? Por exemplo, participa aqui nas atividades e isso faz com que... Como me**
- 113 **disse costuma participar na rádio, não é?**
- 114 P.: É, agora foi o carnaval, fomos ao carnaval e eu, andava lá a divertir-me com um rapaz
- 115 daqui, que também anda no lar e, o fotógrafo que andava lá a tirar (as fotos) tirou-me, a mim e
- 116 a ele (colega da instituição) e eu, assim com a boca muito aberta, virada *a* [para] ele... E,
- 117 achou-me graça e conheceu-me... Veio aqui no outro sábado, no outro, sem ser este que
- 118 passou.
- 119 E.: O...
- 120 P.: O fotógrafo.
- 121 E.: **Ah, o fotógrafo.**
- 122 P.: Mostraram as fotografias, que me conheceu, e veio-me aqui mostrar, de propósito.
- 123 E.: **São coisas que nos dão alegria, não é?**
- 124 P.: É, diz que achou-me graça (riso breve).
- 125 E.: **Estas coisas ajudam-nos muito, dão-nos alegria. Então a Dona S. quando perdeu (o seu**
- 126 **marido), já se encontrava também doente? Depois de ter perdido o seu marido, não quis**
- 127 **voltar para a América...**
- 128 P.: Eu não, assim que ele morreu, vim-me embora para casa.
- 129 E.: **E quis encontrar uma instituição, porque não queria ficar sozinha em casa?**
- 130 P.: Não, eu por mim queria...

131 **E.: Os filhos é que não?**

132 **P.:** Mas os meus filhos não me quiseram em casa sozinha, e arranjaram-me uma cunhada da  
133 minha filha, para eu lá ir dormir, de noite. Estive lá, um 1 ano ou mais.

134 **E.: Ai esteve um ano... E ia lá alguém ajudar?**

135 **P.:** Não, dormia lá. Ela (cunhada da filha) lavava-me a roupa, e o comer trazia-o do lar.

136 **E.: Ah, quando estava na outra instituição.**

137 **P.:** Sim, e também cantava aqui [impercetível].

138 **E.: E isso foi durante 1 ano?**

139 **P.:** Sim.

140 **E.: E já está aqui no lar há quanto tempo?**

141 **P.:** Olhe aqui, eu já não me lembro, mas olhe, eu estive aqui (instituição) com cama *há*  
142 [durante] alguns meses, e agora já depois *da* [de estar] com cama, acho que estou há uns 5 ou  
143 6, mas já não me lembro também. Perto de 1 ano que estou aqui.

144 **E.: Mas o seu marido faleceu há 3 anos.**

145 **P.:** Há 3, pois.

146 **E.: Mas, quando o seu marido faleceu, não estava aqui?**

147 **P.:** Não, estava na América ao pé dele.

148 **E.: Então veio para aqui há menos de 5 anos, não é?**

149 **P.:** Ele (marido) veio, e eu fui (para) lá depois (América). Precisava de lá ir. Mas ela (filha)  
150 andava aguadinha (com vontade) para me *irem* [ir] levar (para a América) ... Mas não me dava  
151 já na América.

152 **E.: Não se dava lá. Mas então está aqui, na instituição, para aí há 2 anos...**

153 **P.:** Não, não, aqui não.

154 **E.: Aqui, está há mais tempo?**

155 **P.:** Aqui estou à menos.

156 **E.: Há menos?**

157 **P.:** Sim, à coisa de, perto de 1 ano, que estou aqui... A dormir, agora olhe, nem me estou a  
158 lembrar... A dormir, apareceu uma vaga e a R. (diretora técnica) chamou a minha filha mais  
159 velha e o outro (filho), o que vai a seguir ao que morreu, para conversar com eles: - "Olhe,  
160 apareceu agora uma vaga. Se a sua mãe quiser vir para aqui agora, que venha". Foi de verão,  
161 foi de verão isto de dormir aqui. E lá eles vieram para falar com ela, e depois foram chamar-me  
162 a mim, ao pátio e perguntaram-me: - "Oh mãe apareceu agora uma vaga, você quer vir para  
163 aqui, ou como é que você quer?". Eu por mim ainda não vinha, "meu Deus, não me apetece

dormir, assim, no lar”. Sinto uma tristeza muito grande, parece uma cadeia. Eu é que não posso, se eu pudesse, estava na minha casa. E depois *eu* [ela] *disse-lhe* [disse-me] assim: - “Se você não ficar aqui, você vai para a América, não é? A gente não a deixa aqui sozinha”. E eu disse: - “Então está bem, mulher, eu fico”. Aceitei a vaga. A R. disse-lhes a eles (filhos): - “*Olha* [olhem], ela agora tem uma vaga e depois, não sei se terá tão cedo”. Sabe como é.

**E.: Mas, na sua vida, nunca parou muito tempo... Depois do seu marido falecer, nunca parou muito tempo em casa, foi logo para o outro centro de dia...**

**P.:** Pois foi, pois foi, em caminho... Eu, ainda vinha doente, e os meus filhos não me queriam lá sozinha, e arranjam-me a cunhada dela (da filha), para ficar comigo de noite e, depois aleijei-me, e vim para aqui (instituição da Gafanha do Carmo).

**E.: E, quando o seu marido faleceu, que apoios teve? Físicos e apoios humanos, das pessoas e, por exemplo, da segurança social? Que apoios é que recebeu?**

**P.:** Apoios?

**E.: Apoios, ajudas.**

**P.:** Nada. Ninguém me deu nada.

**E.: Não teve ajudas nenhuma?**

**P.:** De ninguém. Desde sempre fui pobre. O meu marido antes de morrer, antes de ser operado, também teve um desastre muito mau. Ia para buscar a filhinha ao trabalhinho, e um carro veio-lhe de uns *rebecos* [?] [impercetível] ... Ele ia pela mão dele, não é? Era assim, era assim... E veio o carro, e empurrou-o para o outro lado... empurrou-o, e ele caiu pelo vidro e ficou todo cheio de *dor* [dores] e, ficou por lá, debaixo do carro e ficou por lá todo... Tenho tido uma vida muito triste, tenho...

**E.: Coisas tristes...**

**P.:** Ai, *tido* [tenho] mesmo, toda a minha vida.

**E.: Mas também há coisas boas, não há? Neste momento, que coisas boas é que tem na sua vida?**

**P.:** Olhe, coisas boas... Às vezes vejo-me triste, mesmo aqui de noite, a dormir. Também tenho poucas ajudas. Eu não posso... Ninguém me ajuda nada...

**E.: O que é que mais gosta de fazer?**

**P.:** Fazer, agora a gente, aqui não faz nada.

**E.: Mas o que é que gosta mais de fazer, agora no seu dia a dia?**

**P.:** Olhe, gosto mais de rezar.

**E.: De rezar?**

- 197 P.: É, rezo 2 terços por dia, todos os dias.
- 198 E.: **Mas também gosta de participar nas atividades, que às vezes fazem aqui na instituição.**
- 199 P.: Fazem, então a boca [impercetível].
- 200 E.: **E participa?**
- 201 P.: Sim.
- 202 E.: **E gosta...**
- 203 P.: Já tenho ido (participar nas atividades) e mandam para fora (colocam na internet), e os
- 204 meus filhos vão-me ver.
- 205 E.: **Eles ficam todos contentes.**
- 206 P.: Eles depois mandam dizer: - “ Eh, você estava tão linda, mãe! ”.
- 207 E.: **(Risos). É muito bom isso... E o que é que...**
- 208 P.: Os meus filhos são muito bons para mim, graças a Deus.
- 209 E.: **Eles estão todos na América...**
- 210 P.: É, só está uma em Boston e o resto está tudo por lá.
- 211 E.: **E o que é que gosta menos de fazer? Depois da perda o que gosta menos de fazer?**
- 212 P.: Olhe, eu gostava de fazer tudo, se eu pudesse...
- 213 E.: **Mas com a perda também... Com a perda do seu marido perdeu vontade de fazer algumas**
- 214 **coisas...**
- 215 P.: Não. Não, porque ele morreu. E eu, por certo... Ele ia para o bacalhau, daqueles barquinhos
- 216 pequenos, aqueles botezinhos pequeninhos... Buscar a *tisga* [?], a coisa, não sei... Ele perdia-
- 217 se, às vezes, pelo mar e os navios chamavam e ele não o [os] via (navios), que andava longe,
- 218 era só névoa e eu, por cá fazia a minha vidinha conforme podia... Fazia a minha vidinha.
- 219 E.: **Sempre foi uma pessoa que se adaptou às situações que foi vivendo... Perante os**
- 220 **problemas que iam surgindo na vida.**
- 221 P.: Graças a Deus fui vivendo sem ninguém me ajudar *a* [em] nada, com nada mesmo. O mês
- 222 que eu recebia dele era pouquinho... E ele, quando vinha, ele ainda tinha dinheiro porque eu
- 223 tirava muito da minha boca para os meus meninos. Eu antes queria ficar mal, mas os meus
- 224 meninos não ficavam mal, não!
- 225 E.: **É mãe. Mãe quer tudo de bom para os filhos.**
- 226 P.: Mãe é só uma.
- 227 E.: **É verdade. Mãe quer tudo para os seus filhos.**
- 228 P.: É. Eles coitados, agora também sabem dar valor. Telefonam-me todos os 8 [7] dias, graças a
- 229 Deus.

- 230 **E.: Pronto, e eu agradeço-lhe por ter... Nem sempre é fácil falarmos sobre estas coisas...**
- 231 **P.: Olhe, tenha paciência de estar aqui tanto tempo.**
- 232 **E.: Oh eu tenho, toda a paciência.**

**ID2**

- 1 **E.: Pronto Dona P., a Dona P. neste momento, sente-se em luto?**
- 2 **P.:** Olhe...
- 3 **E.: Neste momento sente-se em luto... Neste momento, sente ainda muita saudade do seu**
- 4 **marido, sente dor ainda pela perda do seu marido?**
- 5 **P.:** Tenho, tenho muitas saudades dele.
- 6 **E.: Sente muitas saudades dele?**
- 7 **P.:** Sinto.
- 8 **E.: E sente que o seu luto já foi feito ou que ainda não?**
- 9 **P.:** Como?
- 10 **E.: Sente que o seu luto pelo seu marido já foi feito?**
- 11 **P.:** O meu luto. Eu tirei o meu luto ainda há pouco tempo. Andava...
- 12 **E.: Sim, mas sem ser o luto... Sem ser o preto, as vestes pretas, aquelas fases que nós**
- 13 **percorremos quando perdemos a pessoa que nós amamos. Acha que já conseguiu superar?**
- 14 **Já conseguiu ou ainda continua aí o sentimento?**
- 15 **P.:** Ainda continua, ainda continua. Eu nunca me esqueço dele.
- 16 **E.: Eu gostava, agora que a Dona P., se possível me falasse um bocadinho da sua vida, onde é**
- 17 **que cresceu, onde é que trabalhou... Já me contou...**
- 18 **P.:** Eu não sou daqui da Gafanha.
- 19 **E.: Não é daqui da Gafanha?**
- 20 **P.:** Sou da Figueira da Foz.
- 21 **E.: Da Figueira da Foz perto de Coimbra! Então vivia lá?**
- 22 **P.:** O meu marido veio trabalhar para a Gafanha e eu vim com ele.
- 23 **E.: Para aqui, para a Gafanha do Carmo?**
- 24 **P.:** Não, para a Gafanha da Nazaré.
- 25 **E.: E estiveram muito tempo na Gafanha da Nazaré?**
- 26 **P.:** Ah eu vivi com ele, antes de ele morrer, mais de 50 anos.
- 27 **E.: Mais de 50 anos?**
- 28 **P.:** Mais de 50 anos.
- 29 **E.: Muito tempo... Muito tempo ainda. E o que costumava fazer? Qual era a sua ocupação**
- 30 **Dona P.?**
- 31 **P.:** Eu aqui... Eu na Figueira não fazia quase nada.
- 32 **E.: Era mais a vida de casa? A vida doméstica?**

- 33 **P.:** Era mais a vida de casa e tratar dos filhos, dos meus 2 filhos, porque eu ainda não tinha o  
34 meu filho mais novo. O meu filho mais novo já nasceu aqui, na Gafanha da Nazaré. Vim para a  
35 Gafanha... Olhe, ensinaram-me a trabalhar na terra e eu comecei a trabalhar na terra. Fazia  
36 terra, tinha um quintal, tinha lá um grande quintal em casa e fazia o quintal.
- 37 **E.: Pronto cuidava, tinha os seus produtos, tinhas as suas...**
- 38 **P.:** Olhe, semeava batatas, semeava, plantava cebolo, plantava alhos e favas, e era assim e...  
39 [impercetível].
- 40 **E.: E era assim, tinha o seu... Não precisava de ir gastar para o supermercado, tinha os seus**  
41 **produtos.**
- 42 **P.:** Não, para o supermercado nunca fui.
- 43 **E.: Tinhas os seus produtos.**
- 44 **P.:** Eu fazia, era para casa.
- 45 **E.: Ah e vendia para fora?**
- 46 **P.:** Não, não, para fora nunca vendi.
- 47 **E.: Ficava...**
- 48 **P.:** Não, era só para casa.
- 49 **E.: Era para casa.**
- 50 **P.:** Para casa, e para dar aos meus filhos.
- 51 **E.: E o seu marido o que é que fazia? O que é que fazia?**
- 52 **P.:** O meu marido era segundo. Era segundo motorista na Grave, andava a trabalhar na  
53 Arantos de Oliveira, segundo.
- 54 **E.: Não conhecia essa profissão.**
- 55 **P.:** Não conhece?
- 56 **E.: Não.**
- 57 **P.:** É nas máquinas.
- 58 **E.: Ah é nas máquinas?**
- 59 **P.:** É nas máquinas.
- 60 **E.: Eu sei o que é um motorista, mas não conhecia isso das máquinas.**
- 61 **P.:** Ainda lá tenho uma fotografia de um barco, do barco onde ele andou...
- 62 **E.: Vocês tinham uma ligação muito...**
- 63 **P.:** ... E ele em cima do barco.
- 64 **E.: Como é que se conheceram?**
- 65 **P.:** Como?



66 **E.: Como é que se conheceram Dona P.? Como é que se conheceram?**

67 **P.:** Como é que nós nos conhecemos? Eu vivia com a minha prima, e ele morava lá ao pé da  
68 minha prima e depois, a minha prima estava a lavar roupa, assim de inverno, numas poças  
69 muito grandes que enchem de água. E ela estava a lavar roupa e, ele chegou ao pé dela, e vai  
70 assim: - “Eh tia A. quem é essa menina tão linda?” (risos). Ela vai assim: - “É minha prima” E  
71 ele: - “Eu posso falar com ela?”, - “Oh! Fala se quiseres, se não quiseres não fales, ela é que  
72 sabe”. E daí para cá, começámos a falar e depois ele pediu-me namoro e eu...

73 **E.: E aceitou.**

74 **P.:** ... E aceitei. Nesse dia, já fomos ao cinema.

75 **E.: Ah que maravilha! E o que é que costumava fazer para se divertir? E então ia ao cinema,**  
76 **ia aos bailaricos?**

77 **P.:** Ia, porque o meu marido era bombeiro.

78 **E.: Ah!**

79 **P.:** E depois fazia aqueles piquetes, e eu ia com ele aos bailes (depois do marido fazer os  
80 piquetes iam aos bailes).

81 **E.: Muito bonito. E depois lá cresceram, lá vieram os filhos...**

82 **P.:** Pois lá vieram os filhos, olhe...

83 **E.: Lá vieram os filhos, lá cresceram... Mas tinham uma ligação muito bonita, muito próxima**  
84 **os dois?**

85 **P.:** Eu não é por me gabar, por gabar o meu marido, mas o meu marido era muito lindo, lindo e  
86 jeitoso.

87 **E.: Que maravilha (risos)! Mas também era lindo por dentro, tinham uma ligação muito boa**  
88 **um com o outro. Olhe Dona... agora vou falar um bocadinho mais sobre a perda, vamos falar**  
89 **um bocadinho (sobre) como é que se sentiu após a perda da pessoa amada, dentro da**  
90 **família... Dentro da família sentiu ali alguma... Os seus filhos, eles também sofreram com a**  
91 **morte do pai, não é? A Dona P. veio logo para o lar, a Dona P.? Após a morte do seu marido,**  
92 **veio logo para o lar, veio logo para aqui, para o lar?**

93 **P.:** Quem eu? Passado 1 ano (da perda), passado 1 ano, eu quis vir para o lar.

94 **E.: Foi opção sua?**

95 **P.:** Eu já não me sentia em condições de estar em casa sozinha, porque eu já caía por todos os  
96 lados.

97 **E.: Pronto, foi uma opção da Dona P.**

98 **P.:** Pois.

- 99 **E.: Achou que aqui iria ter uma melhor qualidade de vida.**
- 100 **P.:** Mas os meus filhos não queriam, que eu viesse para o lar.
- 101 **E.: Ah não queriam?**
- 102 **P.:** Não. Queriam que eu ficasse com eles, mas eu não quis, antes quis vir para o lar, do que
- 103 andar em casa dos filhos.
- 104 **E.: Teve essa opção, essa opção. O que é que mudou na sua vida com a perda do seu marido?**
- 105 **P.:** O que é que mudou? Mudou eu estar sem ele.
- 106 **E.: Principalmente, principalmente isso aí, mas mesmo a Dona P., confrontou-se com muitos**
- 107 **sentimentos, com muitas emoções... O seu marido se calhar cuidava mais de umas coisas, a**
- 108 **Dona P. cuidava mais das coisas da casa, e depois acabou ali por sentir assim uma grande**
- 109 **falta, de uma proteção, de um carinho. Ainda esteve muito tempo sozinha em casa, antes de**
- 110 **vir para o lar?**
- 111 **P.:** *Tive* [Estive] sozinha, quando o meu marido morreu, estive 6 meses na casa do meu filho
- 112 mais velho, mas *ao pois* [depois] eu quis ir para (a) minha casa, e fui para a minha casa.
- 113 **E.: E cuidava das suas coisas?**
- 114 **P.:** E depois eu comecei a cair, a andar a cair, caía aqui, caía acolá.
- 115 **E.: Então pensou...**
- 116 **P.:** Já não me atrevia a levantar, e um dia disse ao meu F.: - “Oh F., arranja-me para onde levar,
- 117 que eu não posso estar sozinha, não posso viver sozinha”. E ele (filho) disse assim: - “Olhe
- 118 mãe, você para a minha casa não pode ir porque não posso tomar conta de si”, que ele é
- 119 divorciado. E vai o meu Z.M., vai assim: - “Ah, vai para a minha casa”, e o P. baixinho: - “Vai 1
- 120 mês e meio para a minha casa, e outro mês e meio para a casa do Z.”... E eu não quis ir, não
- 121 quis ir, e vim para o lar.
- 122 **E.: E eles ajudaram-na a procurar um lar?**
- 123 **P.:** Foi o meu F. que é que me arranjou. Trabalha, ainda trabalha lá na Bresfor, e foram lá com
- 124 um rapaz que é daqui (de) perto, daqui, e o rapaz disse assim para ele (filho): - “Eh pá! Olha,
- 125 vai ao lar da (Gafanha) do Carmo, que pode ser que ela apanhe lá uma vaga”. E o meu F. veio
- 126 aqui, e falou com a diretora e a diretora mandou-me esperar. E depois ele veio aqui saber e
- 127 vai-se a ver, “e a sua mãe já tem aqui uma vaga”. Eu agarrei e vim para aqui. E já aqui estou, já
- 128 vai fazer 3 anos, no dia 10 de janeiro.
- 129 **E.: Três anos?**
- 130 **P.:** Três anos, mas de vez em quando ainda vou a casa deles (filhos), eles vêm-me buscar.
- 131 **E.: Ah, eles vêm cá?**

- 132 **P.: Vêm.**
- 133 **E.: Tem uma boa ligação com eles.**
- 134 **P.: Tenho, eles são muito meus amigos.**
- 135 **E.: Graças a Deus.**
- 136 **P.: E as minhas noras também.**
- 137 **E.: Ainda bem. Escolheram bem as noras (risos). Após a perda do seu marido, o que é que a**
- 138 **Dona P. fez para superar a dor?**
- 139 **P.: Para superar a dor? Olhe, comecei a falar com uma, falo com umas, e falo com outras**
- 140 **(colegas da instituição), mas eu sinto-me...**
- 141 **E.: Com as vizinhas?**
- 142 **P.: Com as vizinhas, e depois as minhas vizinhas já vieram aqui ter comigo, algumas ainda foi**
- 143 **na sexta-feira, acho que foi no sábado que ainda cá veio uma, e olhe.**
- 144 **E.: Mas sente ainda?**
- 145 **P.: As minhas netas vêm aqui, a minha R., e vem aqui a S. também, e traz o menino para eu**
- 146 **ver.**
- 147 **E.: Mas naquela altura que se confrontou com a morte, naquela altura para conseguir**
- 148 **superar a dor, tentava então não estar muito sozinha e ir falando com as pessoas, com as**
- 149 **vizinhas para se distrair um bocadinho, não pensar tanto. Mas como há bocadinho ia dizer**
- 150 **alguma coisa, mas a dor ainda continua?**
- 151 **P.: Ah, é sempre enquanto eu viver, eu nunca me esqueço do meu marido porque nós éramos**
- 152 **muito amigos, ele era muito meu amigo.**
- 153 **E.: Uma relação muito grande. Que estratégias é que adotou para viver o seu dia a dia? No**
- 154 **seu quotidiano, no seu dia a dia que atividades é que costuma fazer, realizar para não pensar**
- 155 **tanto no seu marido? Após a morte do seu marido, vamos pensar que estratégias é que eu**
- 156 **vou utilizar para lidar... Que há pessoas que entram em depressões, que têm problemas. Que**
- 157 **estratégias, que formas arranjou para conseguir?**
- 158 **P.: Fomos arranjando.**
- 159 **E.: Continuar a sua vida, viver a sua vida?**
- 160 **P.: Olhe, vim aqui para o lar e...**
- 161 **E.: Foi uma grande ajuda vir aqui para o lar?**
- 162 **P.: Foi, foi.**
- 163 **E.: Aqui no lar faz atividades também, não é? Participa, costuma participar nas atividades**
- 164 **daqui do lar?**

- 165 P.: Os meus filhos, até me compraram uma televisão, para ter ali no quarto.
- 166 E.: **Vai-se distraíndo também, e aqui no lar também tem sempre atividades. Costuma**
- 167 **participar nas atividades Dona P.?**
- 168 P.: Costumo.
- 169 E.: **E faz isso por sua vontade?**
- 170 P.: Já fui à televisão, aqui há tempo.
- 171 E.: **Ah foi a televisão? Que maravilha! Eu, por acaso vi, que vocês tinham ido.**
- 172 P.: Fui, há RTP 1.
- 173 E.: **Há RTP 1, eu vi que vocês tinham ido lá. “Ui a instituição da Gafanha do Carmo!”. Muito**
- 174 **bonito.**
- 175 P.: Fui lá ter com a Tânia (apresentadora de televisão).
- 176 E.: **É, sim senhora. Gostou muito?**
- 177 P.: Gostei muito.
- 178 E.: **São formas que ajudam... Ter vindo para o lar foi uma forma que a ajudou muito, para**
- 179 **conseguir enfrentar a perda do seu marido... A dor continua, não é? Quando perdeu o seu**
- 180 **marido que apoios é que teve Dona P.? Já me disse que sempre teve o apoio da sua família...**
- 181 P.: Quando perdi o meu marido olhe, fui para os filhos.
- 182 E.: **Foi os filhos.**
- 183 P.: Foram os meus filhos.
- 184 E.: **Amigos... Foi mais os filhos.**
- 185 P.: Foram mais os meus filhos.
- 186 E.: **O grande apoio foi os filhos.**
- 187 P.: Foram os meus filhos que me deram.
- 188 E.: **E que apoios? Só o carinho já era muito bom, não era?**
- 189 P.: Pois.
- 190 E.: **O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois da perda? Depois de ter perdido o**
- 191 **seu...**
- 192 P.: O meu marido?
- 193 E.: **O seu marido... O que é que hoje gosta mais de fazer e, antes se calhar não fazia tanto?**
- 194 P.: Olhe, às vezes quando me apetece faço um bocadinho de renda, fazia malha.
- 195 E.: **Antes fazia malha? Mas já sabia fazer renda?**
- 196 P.: Fazia renda e fazia malha, ainda há pouco tempo mandei uma *mostra* [amostra] de renda à
- 197 minha nora.

- 198 **E.: E vai assim, ocupando o tempo. E coisas, que não gosta se calhar tanto de fazer? Que**  
199 **depois da perda do seu marido perdeu a vontade, ficou mais...**
- 200 **P.:** Perdi a vontade de tudo.
- 201 **E.: Depois da perda perdeu a vontade de tudo, mas lá arranjou algumas formas para**  
202 **conseguir continuar a viver, não foi Dona P.?**
- 203 **P.:** Foi. Eu ando morta (desejosa) é para, um dos meus filhos, me levarem ao cemitério, à  
204 campa dele.
- 205 **E.: Já não vai há muito tempo?**
- 206 **P.:** Como?
- 207 **E.: Já não vai há muito tempo?**
- 208 **P.:** Não. Já lá não vou há 2 anos, mas já pedi ao meu Z. M. (filho) para me vir buscar, para ir lá à  
209 campa dele.
- 210 **E.: E há-de ir, há-de ir, eles irão... Sentir mais a presença, não é? Mais a presença dele. Mas**  
211 **hoje em dia a sua saúde anda bem?**
- 212 **P.:** A minha saúde olhe, tenho os diabetes, não como de tudo, que elas (auxiliares da  
213 instituição) não me deixam comer pão.
- 214 **E.: Tem que ser, ter aqueles cuidados, não é? Mas sente que o lar foi uma grande ajuda com**  
215 **a perda do seu marido? A vossa ligação era assim muito bonita? Costumavam falar um com o**  
216 **outro, tinham uma relação...**
- 217 **P.:** A gente falava assim um com o outro, mas ele falava pouco, porque ele andava sempre  
218 embarcado.
- 219 **E.: Pois.**
- 220 **P.:** E eu estava sozinha com os filhos em casa, só quando ele vinha, é que a gente falava.
- 221 **E.: Pronto, já era muito bom, não era?**
- 222 **P.:** Pois já.
- 223 **E.: Tenho a certeza...**
- 224 **P.:** Quando me chega as saudades tenho lá fotografias, que eu fiz, o coiso, isto, (suspiro), fiz...  
225 *esquece-me* [esqueço-me] do nome, e tenho lá um monte de fotografias dele.
- 226 **E.: Um álbum de fotografias?**
- 227 **P.:** Tenho (um) álbum de fotografias também, tenho muitas fotografias.
- 228 **E.: E gosta de olhar para elas.**
- 229 **P.:** Vou olhar para ele.
- 230 **E.: Sente-se melhor?**

231 **P.:** Já me sinto melhor.

232 **E.:** Mas sente ainda muita tristeza, saudade, dor... Quando olha para as fotografias o que é  
233 que sente?

234 **P.:** Quando olho para a fotografia, sinto saudades dele.

235 **E.:** Mais saudade. A saudade que permanece por muito tempo. Olha Dona P., eu sei que são  
236 assuntos às vezes mais delicados de nós falarmos, mas às vezes é bom falarmos sobre estas  
237 coisas. De certeza, que a Dona P. gosta de falar do seu marido, mas às vezes causa-nos  
238 tristeza. Então, eu agradeço à Dona P. por estar este momentinho comigo, por estar este  
239 bocadinho comigo.

**ID 3**

- 1 **E.: Oh Dona M., neste momento, sente-se em luto?**
- 2 **P.:** Como?
- 3 **E.: Neste momento, sente o luto?**
- 4 **P.:** Este que eu falei? Ou como é?
- 5 **E.: O luto do seu marido, neste momento sente dor...?**
- 6 **P.:** Se eu penso? Pois claro, assim do nada fico...
- 7 **E.: Sente dor, sente o coração ainda a doer, sente?**
- 8 **P.:** Daqui do nada tremo, pronto...
- 9 **E.: E fica assim um bocadinho aflita?**
- 10 **P.:** Pois.
- 11 **E.: Ainda sente muita dor, muita saudade do seu marido?**
- 12 **P.:** A gente tendo-lhe amor e assim.
- 13 **E.: Senão se importar de falar um bocadinho mais alto, está bem Dona M., se conseguir?**
- 14 **P.:** Eu agora já nem falo alto, por causa dos dentes.
- 15 **E.: Porque tem dificuldades nos dentes?**
- 16 **P.:** É, porque agora estão estragados, tenho que ver [impercetível], para descomplicar.
- 17 **E.: Agora eu gostava, na sua vida adulta trabalhava...**
- 18 **P.:** Trabalhava na terra, semeava alface, semeava feijões, semeava centeio.
- 19 **E.: Maravilha, ainda tinha um campo cheio.**
- 20 **P.:** Aquilo tudo da casa, se eu largasse o carrilho sozinha [impercetível].
- 21 **E.: E os seus pais?**
- 22 **P.:** Como?
- 23 **E.: E os seus pais?**
- 24 **P.:** Os meus pais? Foram também muito meus amigos, muito bons pais e a minha mãe sabia
- 25 também cantar na igreja, sabia, fazia ensaiar os reis, a minha mãe era muito da igreja, o que é
- 26 da família do padre lá da *nordenha* [?] *caldo vilo* [?], o fidalgo, agora está na Vagueira. A minha
- 27 mãe é tia dele.
- 28 **E.: E isso passou muito para si? É uma pessoa também muito católica, não é?**
- 29 **P.:** Era muito católica, era (mãe).
- 30 **E.: E a Dona M. também é, não é?**
- 31 **P.:** Eu enfrentei amiga, andei muito tempo a votar mãe solteira para enfeitar a capela. A
- 32 capela, naquele tempo, não tinha aquele trompo, que era tão lindo, tão lindo, e eu lá fiquei

com uma que era minha cunhada, que já morreu também. Quer-se dizer, foi assim: - “G. vais lá para cima”, tinha uma escada assim de *vanda* [lado], para a gente ir para cima para enfeitar, (e) fui mais ela (cunhada) lá para cima. E foi assim que comecei a pensar, “como é que eu devo fazer meu Deus?”. Já na casa dos meus pais [impercetível] é assim, quer-se dizer comecei a enfeitar, lembro-me “assim faço uma cruz, porque depois ela larga para baixo”...

**E.: Sim, sim.**

**P.:** ... Pelo altar, e fiz então assim esse trabalho. Vim cá em baixo, não estava muito mal para mim, não estava muito mal. Mas um Senhor da (Gafanha da) Encarnação o Senhor M., que Deus tenha foi assim: - “Olhe lá miguinha, quem te ensinou a enfeitar?”, - “Está mal Senhor M.?” (risos), - “Quem te ensinou a enfeitar com o jeito que está?”, - “Mas está mal?”, - “Tu nem sabes o que ali está no altar” - ele perguntou... A gente até ia naquele tempo a pé.

**E.: Então, era a Dona M. que costumava ir lá enfeitar?**

**P.:** Eu depois enfeitei muitas vezes casada.

**E.: Depois de casada também?**

**P.:** Sim, casada também enfeitei muitas vezes. Então veio para *aí* [aqui] um padre da Encarnação, mas que estava, estava no Brasil e depois foi lá para a nossa igreja, era *papela* [?] mas era muito jeitinho, e uma vez *passei* [estive] a falar com ele, (e) prometi uma promessa pela minha cunhada que tem 4 criancinhas deficientes, pois.

**E.: Complicado.**

**P.:** O irmão do meu homem que Deus *tem* [tenha], que agora também já morreu, e quer-se dizer, pedi ao Senhor se ele (cunhado) me levava, e graças a Deus levou e foi enfeitar *mais eu* [comigo], (e) mais a minha filha, que ainda não tinha ido para o Brasil, para a América... E eu então, era euro e meio a comunhão e eu fazia assim: - “Já está enfeitada... Vou depressa à terra lá em cima, que vem chuva para botar o arado, para botar *acima* [em cima] do saco da aveia”... E então ele (cunhado) foi à igreja, que era pertinho. Tinha a casa perto da igreja e ele (padre) foi e disse para a minha cunhada e para a minha filha: - “Quem é que enfeitou este ano o altar?”.

**E.: Então costumava enfeitar o altar?**

**P.:** Era, sempre do sagrado altar do Senhor.

**E.: E depois do seu marido falecer?**

**P.:** Pois. E então, quer-se dizer ele (padre) *pérguntou* [perguntou]: - “Quem é que enfeitou a igreja do altar?”, - “Foi a minha cunhada que enfeitou, e foi agora à terra botar o arado para cima da aveia que está o tempo de chuva, e é assim”... Porque a gente, pela comunhão, botava



trigo para representar a farinha pela hóstia... para a gente representar, botavas-mo para representar o vinho, pois e quer-se dizer, ele nem sabe o valor que me deu... Mas as cachopas que andavam solteiras nessa altura, depois de casada, nessa altura quer-se dizer que gostou muito de ver a igreja toda de branquinho, mas deu-me uma coisa no meu coração que disse às cachopas: - “A gente este ano vai enfeitar o vosso altar e o meu altar, vai todo de branquinho”... Quem compra uma flor branca e outra cor-de-rosa para [impercetível] ... Ficou todo contente (padre) porque a comunhão é *durantinho* [?].

**E.: Mas quem é que ficou contente?**

**P.:** O padre. Era [impercetível] naquele tempo, ficou todo contente, agora já tinha enfeitado outra vez para trás quase tudo branquinho, uma florzinha, um triguinho a representar o coiso, as coisas da igreja, e quer-se dizer que ele ficou todo contente.

**E.: E a Dona M. também.**

**P.:** Eu também fiquei.

**E.: Quando é que a Dona M. deixou de enfeitar a igreja?**

**P.:** Eu a igreja deixei de enfeitar... Agora já estou aqui para aí (há) 5 anos e então, quer-se dizer foi (há) uns 6 anos que deixei de enfeitar, pois.

**E.: Olhe, e como é que era? Como é que conheceu o seu marido?**

**P.:** Eu conheci o meu marido, olhe a gente é para conversar não é para...

**E.: É para conversar.**

**P.:** Por acaso namorei com um rapaz que andava na seca, solteira, (namorei) 4 anos. Mas o que a gente tinha de cada um era um lenço das mãos (risos). Eu fui para Alcochete, fui para Alcochete para a seca, que eu sou faladeira, mas era pouco, sou assim de estar assim em conversa e a irmã dele disse: - “Rapariga então vai para”...

**E.: Mas esse que está a falar, não foi o que casou?**

**P.:** Pois, este foi antes de...

**E.: Foi antes de o conhecer.**

**P.:** E quer-se dizer a minha mãe, como ensaiava muito lá na casa do outro (o rapaz que namorou que andava na seca), que tinha ido embora para outro lado, esteve cá 25 anos. Então quer-se dizer, eu vim de Alcochete mas já sabia que uma rapariga como eu, também andava lá em Alcochete... E então a irmã dele, que é para ver que és tão esperto que falas demais... Eu tinha vergonha, eu tinha vergonha! Quando eu cheguei *atão* [então], a minha mãe disse: - “Vamos ali a casa da tia depois ensaiar”, lá sabia o que podia acontecer. E então, depois quer-se dizer eu fui, quando ela saiu para fora a cachopa, que depois arranjou... Quando veio para

fora ela (rapariga que gostava do rapaz que a Dona M. namorou) veio ter comigo: - “Olha lá F., vou-te dizer uma coisa”, - “O quê? O que é tu que me vais dizer?”, - “Vou-te dizer, se estás comprometedor do A., eu deixo, se não estás, eu gosto dele”, - “Então leva-o, leva-o” (risos). E pronto, lá foi. Mas houve respeito, porque ele também estava lá fora a trabalhar, mas pronto, não foi brincadeira, nem nada... Eu chegava da seca a casa dos (meus) pais e tinha uma vizinha do lado, que também andava (na seca), essa já era casada, já tinha idade. Era deste lado, eu chegava a casa: - “Até amanhã se Deus quiser”, o portão fechado *eu* [ela] até dizia assim: - “Então, não ficas mais um bocadinho M.?”, - “Não, vou para casa e assim”, já era de noite, o que é que eu ficava no portão a fazer?! Graças a Deus.

**E.: E o seu Z., como é que conheceu o seu Z.?**

**P.:** O Senhor Z., oh coisa, ainda é da minha família.

**E.: Mas como é que o conheceu?**

**P.:** Mas, andavam sempre rapazes assim.

**E.: Em olho.**

**P.:** Eu assim: - “Oh meu Deus”. Eu não rogava pragas [impercetível], “eu já tenho rapazes que chegue até eu ir embora depois”. Então *apóis* [depois] o meu pai e o pai dele, que Deus tenha, do meu marido, são ainda primos.

**E.: Sim.**

**P.:** Eu ainda paguei para me casar, que naquele tempo, pois quem era (da) família, era segundo primo.

**E.: Pois, porque ainda eram da mesma família.**

**P.:** Pagava-se.

**E.: E como é que começaram a namorar?**

**P.:** Ele trabalhava também na estufa da *restória* [?], e o bocadinho de tempo que ele estava lá, começou a modo assim de dar essas falas e eu aceitei, porque ele estava cá há pouco tempo, aceitei assim. Nós também foi... Mas eu *foi* [fui] muito triste, ele andava depois só (no) mar, muitas vezes ele andava lá 9 meses.

**E.: No mar?**

**P.:** No mar.

**E.: É muito, é uma preocupação muito grande.**

**P.:** Era amiga, então depois ele tinha muita habilidade, ele *mixia* [mexia] em tudo, quer-se dizer então fomos pedidos em janeiro, a mãe dele já estava, assim, sem saber aquilo que fazia, com essa doença que dá à gente...

132 **E.: Alzheimer.**

133 **P.:** Pois. Veio o meu sogro e veio... Para a gente (se) casar em janeiro, quando ele viesse.

134 **E.: Do mar?**

135 **P.:** Do mar, e eu então apanhei uma doença, o Doutor R. veio cá. Era um Doutor muito bom,  
136 apanhei uma doença, que não fiquei bem. Quando ele (marido) chegou foi assim: - “Olha não  
137 me caso, estou muito doente, não me caso”, – “Então quer-se dizer, a gente estava casado e  
138 eu chegava aqui e deixava-te?”. A nossa capela, naquele tempo, nem batizava, nem... era tudo  
139 na (Gafanha da) Encarnação, o casamento, os batizados, a comunhão...

140 **E.: Era tudo lá... Porque vocês eram daqui?**

141 **P.:** Pois quer-se dizer... Fizeram-me um vestido assim, não havia branco nessa altura, assim um  
142 vestidinho castanhinho claro, um vestido comprido, *foi me* [fui-me] *atã* [então] me casar. Na  
143 primeira noite não fiquei, não senhor, então depois na outra noite fiquei com ele. Quer-se  
144 dizer, pronto.

145 **E.: E depois vieram os filhos.**

146 **P.:** Pois, eu depois *atã* [então] como estava doente, eu no primeiro ano não tive ninguém,  
147 depois no segundo ano já tive um filho e *apóis* [depois], veio uma menina, uma filha outro ano.

148 **E.: Um ano um de cada vez.**

149 **P.:** E parou, sem ele estar a fazer conta.

150 **E.: O seu marido continuava a ir para o mar?**

151 **P.:** Pois, ia para o mar, foi para o mar.

152 **E.: Depois de casarem, ele continuava a ter que ir.**

153 **P.:** Depois de casar ele foi logo muito tempo, eu *tive* [estive] casada, eu casei-me com 25 anos  
154 é só ver quanto, e já tenho 85 e quando ele morreu tinha 84, pois então quer-se dizer, ele era  
155 mais novo do que eu 2 anos.

156 **E.: E ele passava muito tempo fora, não era?**

157 **P.:** Ele tinha que ir fazer a descarga, e tinha que dar a conta todos os dias.

158 **E.: Então tinha que lidar... Desculpe, desculpe Dona M. então quem cuidava das coisas lá de**  
159 **casa era tudo a Dona M.?**

160 **P.:** Pois.

161 **E.: E ele mandava dinheiro, não era?**

162 **P.:** Pois. Foram 27 anos que ele andou. E ainda casada, ainda era para ir mais [impercetível].

163 **E.: Ele esteve 27 anos fora, mas vinha todos os anos?**

164 P.: Vinha todos os anos, tinha anos que vinha mais cedo, tinha anos que vinha mais tarde. Um  
165 ano andava que o barco, (até) que *levanta o* [levantava ao] ar.

166 E.: **Pois, mais perigoso.**

167 P.: E assim foi. Quer-se dizer, que ele então já tinha, pois já devia ter uns 80, ele era mais novo  
168 2 anos do que eu... Eu tinha 84 [25] e ele tinha 82 [23] quando a gente se casou. Foi aos Açores  
169 levar os navios, levaram os navios, eram da Figueira da Foz, e então quer-se dizer, ele andava  
170 na Foz do Mondego. Quer-se dizer então, que vieram dos Açores, como ele era mestre tenente  
171 e o outro era contramestre [coordena os trabalhos dos marinheiros], como no dia 6 não sei  
172 quê, e então tinham de arrumar o navio, (o) *arrastão* [?] ... Para entrar na Barra para quem vai  
173 visitar, estar as coisas limpas, cá em cima.

174 E.: **Para quem vinha visitar as famílias.**

175 P.: Sim. O contramestre [coordena os trabalhos dos marinheiros] estava lá em cima e o meu  
176 estava no de cá, no navio para acabar o barril. Ele então, o contramestre [coordena os  
177 trabalhos dos marinheiros], não tomou conta de ele ter agarrado aquilo, o barril, e caiu-lhe na  
178 cabeça e ele caiu para o navio... Foi horroroso, o dia foi negativo, depois ele tinha de entrar dia  
179 7... Então quer-se dizer que o capitão mandou...

180 E.: **A Dona M. ficava toda contente quando ele vinha?**

181 P.: Ai menina! Depois quer-se dizer que levaram para um navio muito grande, que aconteceu  
182 em Leixões que entrava no dia 7... Mas ele foi para o hospital porque teve um acidente muito  
183 mau, mas graças a Deus...

184 E.: **Estava tudo bem.**

185 P.: ... Ainda fez a descarga. A descarga ainda demorou a descarregar, ainda fez a descarga  
186 porque o capitão queria muito e ele não sabia ler... Mas o capitão era de Ílhavo dizia: - “Z. vê  
187 lá, se mudares os quintais [quilos de peixe] temos de ir todos os dias para a Figueira da Foz”,  
188 mas ele com uma [impercetível] fazia os quintais [quilos de peixe] todos, todos, mas usava  
189 todos... E o capitão era assim: - “Z. quantos peixes temos para mandar para a Figueira?”, –  
190 “Temos tantos...”, – “Olha que não é esse peixe, aponta esse peixe”, pois ele sabia que tinha  
191 atrás peixe ainda... O peixe chegava a Aveiro, e depois quer-se dizer sempre com mais peixe,  
192 todos os dias com mais peixe.

193 E.: **Quando vinha, chegava a casa sempre com muito peixe para vocês comerem!**

194 P.: Trazia aquilo [impercetível], trazia... trazia línguas, trazia daqueles peixinhos, e davam-lhe  
195 bacalhau para ele trazer.

196 E.: **E como é que era com os seus filhos?**

- 197 **P.:** Como?
- 198 **E.:** Então vocês tinham uma ligação de muito amor, um com o outro?
- 199 **P.:** Aquele bocadinho que ele estava em casa, ia para a terra *mais eu* [comigo].
- 200 **E.:** Ah ia consigo para a terra?
- 201 **P.:** Ia para terra, que eu tenho terras.
- 202 **E.:** Mas quando ele estava, o que é que a Dona M. para além do trabalho... O que é que a
- 203 Dona M. fazia para se divertir? Para se distrair.
- 204 **P.:** Olhe não havia trator, motor para molhar as coisas, molhava o milho, molhava as coisas...
- 205 Para lavrar a terra, não havia nesse tempo... era tudo à *engada* [enxada] e eu semeava aveia, e
- 206 fazia assim uma manta grande e depois espalhava a aveia e depois com a *engada* [enxada], se
- 207 me ajudasse a virar [impercetível].
- 208 **E.:** E os seus filhos?
- 209 **P.:** Os meus filhos?
- 210 **E.:** Criou-os.
- 211 **P.:** Criou-o, o meu filho.
- 212 **E.:** Eles ajudavam no campo, a trabalhar?
- 213 **P.:** O meu filho andou na escola porque começou a estudar [impercetível], mas foi num ano...
- 214 Acho que ele já tinha 20 anos nessa altura, foi um ano que veio gente de fora, que deu lá uma
- 215 coisa muito má fora numa terra.
- 216 **E.:** E então tiveram que voltar para Portugal?
- 217 **P.:** Quem veio de fora é que ficou com os estudos que vinha, e quem tinha cá os estudos, pois
- 218 claro ficou assim... Mas também era.
- 219 **E.:** E a sua filha?
- 220 **P.:** O padre ia chamar o meu filho, a casa do meu Z.C., "S. anda a aprender a dar a doutrina às
- 221 crianças"... Foi para a América também foi para dar, foi pelo (o) que sabia.
- 222 **E.:** Uma família muito católica, não é? E a sua filha?
- 223 **P.:** A minha filha fez os exames, fez só o da quarta porque dantes nem se fazia mais exames.
- 224 Fazia-se, pois claro, a quarta era o fim... Mas quer-se dizer o meu filho depois dos exames, da
- 225 4ª classe... Ele foi em Ílhavo e quer-se dizer como ele sabia, a professora foi e nessa vez eu fui,
- 226 mas depois nos outros exames eu já não quis ir mais e ia a minha mãe... A professora começou
- 227 assim a tremer com as pernas, porque estava o exame feito e a professora que quase lhe fez o
- 228 exame, não foi quem (lhe) ensinou, foi quem acabou de fazer, começou assim para ele: - "Oh
- 229 fidalguinho", ele era J.C.F.L., "O que quer dizer um fidalgo?". E a professora estava assim à

230 minha frente, a professora que o ensinou, começou a tremer com as pernas. Um fidalgo quer  
231 dizer isto, isto, isto, até lhe bateram palmas!... A professora não ensinou nada *disse* [disso], e  
232 ele soube responder o que é (que) queria dizer um fidalgo.

233 **E.: A Dona M. tinha uma família muito bonita.**

234 **P.:** Tinha.

235 **E.: E apesar do seu marido andar muitas vezes longe no mar...**

236 **P.:** Foi 27 anos.

237 **E.: Ele esteve 27 anos no mar, mas todos os anos vinham-vos visitar.**

238 **P.:** Pois. Era assim a vida.

239 **E.: Oh Dona M., agora vamos falar um bocadinho mais sobre a perda, sobre a perda do seu**  
240 **marido.**

241 **P.:** Sobre?

242 **E.: Sobre a perda do seu marido, a morte do seu marido.**

243 **P.:** A morte do meu marido.

244 **E.: Vamos agora falar agora um bocadinho da morte do seu marido.**

245 **P.:** Da morte não é, pois.

246 **E.: O que é que sentiu após o seu marido ter falecido? O que é que sentiu? Os seus filhos**  
247 **estiveram sempre lá?**

248 **P.:** Vieram todos, pois o próprio que traz os *caixão* [caixões] ... Ele morreu cá, aqui no lar.

249 **E.: Aqui no lar?**

250 **P.:** Pois, mas foi para a Aveiro (hospital de Aveiro fazer a autópsia) ... Podia demorar alguns  
251 dias prontos a modo de vir e assim, ficou então escrito que quando ficasse telefonar logo para  
252 o senhor que *faz* [traz] os caixões, para o trazer para a igreja. Foi enterrado, ora *foi morto*  
253 [faleceu] no domingo, e depois foi enterrado depois na terça-feira. A minha filha cá já estava,  
254 depois veio, veio o meu J.M., o neto que é o que está casado, da minha filha, e veio o meu Z. C.  
255 O Z. que tem já 36 anos mas ainda está solteiro, volta (anda) com a mãe e volta (anda) com a  
256 irmã... E então *teve* [esteve], 3 dias sem ser enterrado, enterrou-se na terça-feira... A mim ele  
257 levou 56 *bocés* [bouquet/ramos] ... Tinha dado dinheiro para rezarem uma missa, e deram-me  
258 (pessoas) quatro dinheiro, 10 euros para rezar a missa, pois.

259 **E.: A Dona M. há bocadinho disse-me que tinha problemas de saúde. Com a morte do Senhor**  
260 **J. os problemas de saúde pioraram? Os seus problemas de saúde pioraram...**

261 **P.:** As minhas?

262 **E.: Sim, os seus.**

263 P.: As minhas pioraram, que eu falava até bem porque estava com os dentes em termos, mas  
264 agora já *está* [tenho] os dentes muito estragados, dentes que nasceram, os primeiros dentes,  
265 estes aqui tinham os agrafos para [impercetível], que meto aqui com cola por cima.

266 E.: **E a cabeça? Também teve de começar a tomar comprimidos para conseguir dormir**  
267 **melhor, também?**

268 P.: Pois tenho, uma vez deram-me... A Doutora receitou para me fazer melhor, tomei o mesmo  
269 que andava (a tomar) um e deu-me outro comprimido, não dormi nada.

270 E.: **E não dormiu porquê? Pensava muito?**

271 P.: Eu era, porque não dormia nada... O outro comprimido, o próprio tirava o sono. Que a  
272 senhora Doutora R. fez esse trabalho todo e assim... Quer-se dizer, eu acordo muitas vezes de  
273 noite, porque faço muito xixi.

274 E.: **Pronto, tem incontinência.**

275 P.: Pois claro, mas quer-se dizer...

276 E.: **Mudou um bocadinho a sua vida?**

277 P.: Mudou foi.

278 E.: **Após o Senhor J. (ter falecido), ele estava aqui consigo no lar, o que é que mudou?**

279 P.: Estava comigo no lar.

280 E.: **O que é que mudou na sua vida?**

281 P.: Eu nessa altura, ao fim do mês [impercetível], fiquei em casa mais a minha irmã, que eu  
282 tenho uma irmã deficiente.

283 E.: **Então saiu daqui do lar e foi para...**

284 P.: Pois. Então quer-se dizer, a gente andava a pagar como já disse, andávamos a pagar para o  
285 lar para comprarem a terra etc, etc... A minha irmã também pagava para ter, mas agora está  
286 isenta... Agora já não paga, quer-se dizer a irmandade e assim já não pagava, porque já tinha  
287 para aí 80 anos, a minha irmã é como ela é, coitadinha! E então quer-se dizer, que... O que é  
288 que eu queria falar? ...

289 E.: **Na sua vida, após o seu marido ter falecido o que é que mudou?**

290 P.: Mudou cada vez para pior, foi quando eu fiquei assim rouca. A minha filha ficou cá 1 mês e  
291 depois eu fiquei, que sou daqui e é perto, e ela vinha buscar de manhã o remédio para o dia (à  
292 instituição) e depois então quer-se dizer, mas ficava lá (o dia) ... Ela tomava conta de mim e  
293 ficava lá. Mas depois, é que eu fiquei pior, com a cabeça cada vez pior, cada vez pior que a  
294 enfermeira disse...

295 E.: **Mas isto tudo o seu marido já tinha falecido?**

- 296 P.: Pois já tinha falecido, e os meus netos e assim foram-se embora porque vieram pela morte  
297 ou por doença.
- 298 E.: **Desculpe Dona M., então a Dona M. não permaneceu sempre aqui no lar? Quando o seu**  
299 **marido morreu esteve um tempo com a sua filha?**
- 300 P.: A minha filha veio por 1 mês, pela morte.
- 301 E.: **Mas a Dona M. continuou sempre aqui no lar?**
- 302 P.: Não, era lá, está na América (filha).
- 303 E.: **Não, eu estou a dizer, a Dona M. ficou sempre aqui no lar, ou no tempo que a sua filha**  
304 **esteve cá, foi para a beira da sua filha? Após o Senhor J. ter falecido ficou sempre aqui no**  
305 **lar?**
- 306 P.: Eu fiquei sempre aqui no lar, não me atrevia a ir sozinha para casa.
- 307 E.: **A Dona M. nota-se que era uma senhora que gostava de ir à igreja, trabalhava no campo,**  
308 **cuidava dos filhos... Depois aqui no lar estava com o seu marido, houve coisas que**  
309 **mudaram...**
- 310 P.: Pois, mudaram, eu ainda ia a casa.
- 311 E.: **Que coisas foram essas que mudaram?**
- 312 P.: É tudo. Eram 600 sócios para começar o lar.
- 313 E.: **A Dona M. preferia ficar aqui no lar...**
- 314 P.: Pois, ia a casa só com ordem mas foi no princípio que se encontrou... Depois quando o meu  
315 marido foi embora (faleceu), foi quando a minha filha *teve* [esteve] cá 15 dias mais a minha  
316 neta, mas foi pouco tempo, foi só 15 dias... Não fui para casa, vinham ter comigo e levavam-me  
317 no carrito até a casa e depois vinha-me me *levar* [trazer], quer-se dizer, passou-se assim a vida.
- 318 E.: **E muita coisa mudou com a perda.**
- 319 P.: Eu agora... muita gente: - “Oh mulher, (no princípio), porque é que estás a pagar aqui no lar  
320 e não vais para casa?”, – “Não vou para casa sozinha”. E depois se for alguém lá para casa é  
321 pior, porque a gente não conhece ninguém.
- 322 E.: **É pior, se precisarmos de ajuda não temos ninguém.**
- 323 P.: Pois. (interrupção de um membro da instituição).
- 324 E.: **O que é que a Dona M. fez para superar a dor? O que é que faz para superar a dor da**  
325 **perda do seu marido?**
- 326 P.: O que é que eu faço agora?
- 327 E.: **Sim.**
- 328 P.: Eu agora, pois claro.



- 329 **E.: O que é que faz para conseguir que a sua vida seja mais alegre, para não andar a chorar,**  
330 **para não sofrer tanto... Como é que distrai a cabeça?**
- 331 **P.:** Se fizerem um barulho, alguma coisa que faça assim “pumba”, fico logo a tremer e depois  
332 quer-se dizer, eu não sou a mesma que era.
- 333 **E.: E o que é que faz para se distrair? Reza.**
- 334 **P.:** Eu falo pouco (risos).
- 335 **E.: Reza e fala de vez em quando com as vizinhas?**
- 336 **P.:** Pois.
- 337 **E.: Aqui com as colegas.**
- 338 **P.:** Tenho uma coisinha aqui que o padre (me) deu, para rezar todos os dias, que é pequenina,  
339 mas eu rezo-a toda, mas isto é lindo, mas lindo!
- 340 **E.: Acredita muito em Deus, não acredita?**
- 341 **P.:** Pois. É lindo, mas lindo.
- 342 **E.: E reza isto todos os dias?**
- 343 **P.:** Quase.
- 344 **E.: Rezar ao seu marido ajuda muito para si. E aqui no centro costuma fazer alguma**  
345 **atividade, participar nas atividades?**
- 346 **P.:** Olhe agora vai um neto meu do meu filho se casar acho que é em agosto, mas eu não ando  
347 em termos de ir ao casamento.
- 348 **E.: Porque (é) que diz isso? Acha que não quer ir?**
- 349 **P.:** Ele vem cá casar-se a Portugal, quer-se dizer que...
- 350 **E.: Depois vê como é que se vai encontrar. No seu dia a dia que coisas gosta mais de fazer?**
- 351 **P.:** O fazer, eu caminho pouco, mas às vezes caminho um bocadinho até à outra coisa (outra  
352 sala).
- 353 **E.: Para se distrair um bocadinho, movimentar.**
- 354 **P.:** E aquela senhora...
- 355 **E.: A que estava ao seu lado?**
- 356 **P.:** Aquela senhora, também conversa comigo.
- 357 **E.: Vai-se distraindo.**
- 358 **P.:** E uma senhora que veio para cá há pouco tempo que está sempre a levantar-se e assim,  
359 mas não posso agarrar porque não tenho força. Ainda faço alguma coisinha aqui, pouco, mas  
360 ainda faço, às vezes vai-se chamar a funcionária.
- 361 **E.: E isso tudo ajuda, na tristeza.**

362 **P.:** Eu penso, é a minha coragem do que eu passei durante muitos anos, não estou habituada a  
363 *mimam-se* [mimos] nem assim. Tenho pena de não fazer (o que fazia) no princípio, até dava de  
364 comer na boca a muitas pessoas, ai Senhor! Deus sabe.

365 **E.: E sente falta da proteção, de ter ao seu lado o Senhor J., não é?**

366 **P.:** Pois.

367 **E.: Teve algum apoio quando perdeu o seu marido? Algum apoio a nível económico, de**  
368 **dinheiro, de ajuda?**

369 **P.:** Se tenho alguma ajuda? Tenho uma ajudazinha, é poucachinho mas tenho.

370 **E.: E a sua família, sempre a ajudou depois da perda do seu marido, e aqui no lar estas**  
371 **personas todas.**

372 **P.:** Quando o pouco dinheiro que eu tenho findar, se for viva.

373 **E.: Teve sempre ajuda dos seus filhos.**

374 **P.:** Pois claro, porque ainda se paga aqui muito dinheiro, mas há gente que paga muito mais do  
375 que eu, porque eu, como tive sócia *tanto ano* [tantos anos] e assim, o meu preço foi 490  
376 euros, agora é 500 euros, mas tenho o remédio, que vai muitas vezes para quase 600. Sair  
377 daqui para a minha casa o meu coração não dá, sou muito medrosa, não me atrevo a subir a  
378 casa, tenho uns vasosinhos até ir lá para dentro...

379 **E.: Ia ficar muito sozinha.**

380 **P.:** Eu tenho 7 camas em casa, uma é de dar à manivela.

381 **E.: Pode continuar a falar Dona M., e o que é que a Dona M. gosta mais de fazer?**

382 **P.:** O que eu gosto mais de fazer... Fazia muito trabalho, sabia fazer o comer.

383 **E.: Mas depois do Senhor J. ter falecido, o que é que a Dona M. gosta mais de fazer?**

384 **P.:** Eu agora penso no que eu fiz na igreja, na capela e depois na igreja.

385 **E.: Tem saudades do que fazia na igreja.**

386 **P.:** O que eu fazia... E como era a mais velha que lá andava, as cachopas faziam-me a vontade,  
387 “fazemos assim ou fazemos assado”.

388 **E.: É a vida (risos).**

389 **P.:** É verdade Senhor, é verdade.

390 **E.: E depois de ter perdido o Senhor J., o que é que lhe custa mais fazer? O que é que gosta**  
391 **menos de fazer?**

392 **P.:** Eu agora pois, como estou...

393 **E.: Viúva...**

394 P.: Pois, começou agora. *Penso que não desse trabalho* [Penso que não quero dar trabalho]. Eu  
395 por enquanto...

396 E.: **Não quer dar trabalho aos outros.**

397 P.: Mas posso dar muito trabalho ainda. Eu ainda vou à cama com jeitinho e tiro-me com  
398 jeitinho, e de noite *boto* [ponho] uma fralda e de dia ando com aqueles pensoszinhas que se  
399 *botam* [põem] nas calças.

400 E.: **Sim, sim, faz bem por causa da incontinência.**

401 P.: E assim, quer dizer mesmo que eu tome banho de tarde, a bem dizer hoje... Eu tomo banho  
402 ao sábado, mas mesmo que tome banho ao sábado, quando vou para a cama, tiro a cueca para  
403 ficar limpinha e dou uma lavadela na mesma pois, para a nossa comadre...

404 E.: **Faz os seus cuidados.**

405 P.: ... Eu depois visto a mesma calça que está limpa, (que) pode vir algum pinguito. Que muitas  
406 vezes, calha a ser quase 10h (noite) quando vão passar aí, porque há muita gente a dar  
407 trabalho.

408 E.: **É muita gente.**

409 P.: Está muita gente a dar trabalho.

410 E.: **Claro é verdade.**

411 P.: Pois.

412 E.: **Olhe Dona M. eu, já terminamos.**

413 P.: Já findamos, já?

414 E.: **Já, eu agradeço muito ter falado comigo, nem sempre é fácil nós falarmos da perda da**  
415 **peessoa que nós amamos...**

416 P.: Olhe...

417 E.: **Nem sempre é fácil, e eu agradeço por ter este tempinho a falar comigo.**

418 P.: Não lhe dá trabalho nenhum?

419 E.: **Não, nenhum, nenhum. Não se preocupe.**

**ID 4**

1 **E.: Neste momento, já foi há muitos anos que perdeu o seu marido, mas ainda sente dor,**  
2 **ainda sente saudade?**

3 **P.:** Dor, e quando a gente vai ao cemitério, e saber que ele está ali debaixo *de* [da] terra. Ai,  
4 custa um bocadinho, mas temos que viver assim, como Deus quer.

5 **E.: Foi superando, foi superando a ausência dele...**

6 **P.:** Pois.

7 **E.: Gostava que me falasse um bocadinho da sua vida...**

8 **P.:** A minha vida olhe, estou aqui de noite e dia. Faço a renda, como...

9 **E.: Mas a sua vida, quando era mais nova? Como é que conheceu o seu marido?**

10 **P.:** Ai trabalhei. Comecei a trabalhar aos 12 anos numa seca lá naquela vila, porque eu era da  
11 Nazaré, não era daqui. E fui para uma seca, a seca do Pascual, acho que ainda é vivo, e ele  
12 (marido) andava no navio lá da seca e a gente lá no tempo da seca *arranjamos* [arranjávamos].  
13 Namorámos para aí uns 4, 5 anos, mas ele não estava cá tempo nenhum no verão, ia para o  
14 bacalhau, estava cá 15 dias.

15 **E.: Ele ia para o bacalhau?**

16 **P.:** Para o bacalhau do António Pascual, para o mar.

17 **E.: Ah, ia para o mar o seu marido!**

18 **P.:** Pois, pois, e quer-se dizer, passava...

19 **E.: Mas tinham uma ligação, foi um casamento por amor?**

20 **P.:** Foi, eu penso que sim, graças a Deus.

21 **E.: T tinham uma ligação bonita.**

22 **P.:** E ele foi um santinho para mim, sempre, graças a Deus.

23 **E.: Sempre muito seu amigo. Depois de ele ter falecido sentiu muito aquela... Muita coisa**  
24 **mudou?**

25 **P.:** Ai, mudou tudo!

26 **E.: O que é que mudou mais? O que sentiu mais?**

27 **P.:** Não sei, ele era bom para tudo, era uma maravilha. Nunca me deu uma fala mais alta que à  
28 outra, nunca se embebedou, nunca, graças a Deus era bom.

29 **E.: E faltou ter aquela pessoa ali ao seu lado?**

30 **P.:** Tê-la ao pé de mim.

31 **E.: E os seus filhos, que também vieram os filhos com o casamento...**

32 **P.:** Os filhos, pois vieram. Os filhos, já tinha 2 casados quando ele morreu.

33 **E.: Mas quando era adulta, o que é que gostava mais de fazer para se divertir, para além do**  
34 **trabalho?**

35 **P.:** Eu era pouco de divertimentos, gostava mais de trabalhar.

36 **E.: Passava mais o tempo a trabalhar?**

37 **P.:** *Tive* [estive] na França 25 anos, vim-me embora... Cheguei a casa e meti uma ordenha de  
38 vaca, de tirar o leite às vacas e fazia muita terra, que a minha casa tem uma terra que ela vai  
39 para o rio, e trabalhávamos os dois assim, os dois até ele poder. Quando ele (já) não *pode*  
40 [podia] ia eu. [impercetível] Devagarinho, porque eu estava sempre ao pé dele praticamente...  
41 Mas a vida mudou um bocadinho.

42 **E.: Mudou, agora vai conseguindo... Mas o que fez para superar essa dor tão grande?**

43 **P.:** Ai, foi a coragem que Deus me deu e que eu pedi a Deus, pois é.

44 **E.: É uma pessoa muito católica.**

45 **P.:** Graças a Deus, sempre fui.

46 **E.: E foi a confiança, foi Deus.**

47 **P.:** A confiança em Deus e na Nossa Senhora.

48 **E.: Que lhe deu a coragem para conseguir superar a dor. E no seu dia a dia, para não estar em**  
49 **casa a pensar em...**

50 **P.:** Ai, andava sempre a trabalhar, tinha terra, fazia terra, tinha vacas no curral, tinha porcos no  
51 curral, andava sempre...

52 **E.: Não parava!**

53 **P.:** Às vezes andava aflitinha, tinha de ir para (a) cama descansar.

54 **E.: Desde a morte, nunca parou desde o falecimento?**

55 **P.:** Não, não, parei quando me aconteceu isto (amputação dos membros inferiores).

56 **E.: Exato.**

57 **P.:** Fui obrigada.

58 **E.: Depois esteve sempre a trabalhar, nunca parou muito essa cabeça.**

59 **P.:** Não, não, não.

60 **E.: Isto aconteceu há muito tempo? (amputação dos membros inferiores)**

61 **P.:** Ah então, eu era nova, andei na seca dos *adufes* [?] aos 21, sempre andei, e depois aos 21  
62 saí da seca. Ele (marido) não me queria lá na seca, queria que eu viesse para casa tratar do  
63 gado e eu vim, mas trabalhei sempre, andei sempre a trabalhar.

64 **E.: Mas quando?**

65 **P.:** Isto foi há 9 anos.

66 **E.: Nove anos a amputação?**

67 **P.:** Foi, foi, há 9 anos, pois foi.

68 **E.: Os seus filhos apesar de estarem longe, tem o apoio deles?**

69 **P.:** Ai graças a Deus, veio cá uma na segunda-feira da Inglaterra, é a que está cá, ela disse que  
70 me vinha buscar, para ir lanchar *mais eu* [comigo].

71 **E.: Daqui a bocadinho vem.**

72 **P.:** E são muito minhas amigas graças a Deus, todos, netos e tudo, é tudo meu amigo. Mas não  
73 podem deixar a vidinha deles para virem para o pé de mim, isso é que é triste.

74 **E.: Compreendo.**

75 **P.:** E Nosso Senhor que os ajude por lá e a mim por cá. Olhe, é a vida.

76 **E.: Sente ainda muito a falta do seu marido?**

77 **P.:** Ah, então não sinto, a falta fica sempre cá dentro.

78 **E.: Vai ficar sempre aí dentro, apesar de agora superar melhor...**

79 **P.:** Ah pois, mas...

80 **E.: E aceitar a realidade.**

81 **P.:** Mas não se esquece.

82 **E.: Não se esquece.**

83 **P.:** Não.

84 **E.: Quando o seu marido faleceu teve apoios? Teve apoios a nível económico, segurança**  
85 **social?**

86 **P.:** Da segurança social alguma coisa, o quê?

87 **E.: Não teve apoio nenhum?**

88 **P.:** Nem tive, nem tenho. Eu estou sem as perninhas, não me dão a reforma, não me dão nada.

89 **E.: É complicado.**

90 **P.:** Pois é, e olhe que não fica tão barato como isso, fica muito carinho (dinheiro).

91 **E.: Mas teve sempre a ajuda da sua família? É pena estarem longe, não é?**

92 **P.:** É muito longe, estamos muito longe uns dos outros, meu Deus do Céu!

93 **E.: Mas eles sempre estiveram longe, mesmo quando o seu marido era vivo?**

94 **P.:** Na altura que o meu marido era vivo, eles estavam todos comigo.

95 **E.: Eles estavam todos consigo?**

96 **P.:** Dois, porque depois 1 nasceu lá, na França.

97 **E.: Nasceu lá, na França. Mas o seu marido faleceu na França?**

98 **P.:** Não, faleceu na caminha dele (em Portugal).

- 99 **E.: Aqui?**
- 100 **P.: Sim.**
- 101 **E.: Então vocês foram para a França e depois voltaram...**
- 102 **P.: Pois. Viemos, mas ele depois acabou-se num instante, coitado. Nosso Senhor lhe dê o**
- 103 **eterno descanso, por amor de Deus.**
- 104 **E.: O que é que gosta mais de fazer?**
- 105 **P.: Eu agora? É comer e fazer renda (risos), não faço mais nada. Trato de mim, já não é mau.**
- 106 **E.: Já é muito bom.**
- 107 **P.: Penteio-me, lavo-me, visto-me, vou lá em baixo buscar a roupa e pego na renda de manhã**
- 108 **e só acabo à noite, (paro) na hora de comer, mas faço sempre.**
- 109 **E.: E o que gosta menos de fazer?**
- 110 **P.: O que gosto menos de fazer, às vezes é...**
- 111 **E.: O que é que perdeu vontade de fazer? Se calhar uma coisa que fazia que antes...**
- 112 **P.: Não sei, eu se tivesse as minhas perninhas, acho que tinha vontade de fazer tudo, se**
- 113 **pudesse. Eu gostava muito de trabalhar.**
- 114 **E.: Era uma mulher com muita vida.**
- 115 **P.: Ei Jesus! Já viu 40 vacas a tirar leite? E sozinha?!**
- 116 **E.: E lá trabalha nisso tudo.**
- 117 **P.: Ai meu Deus!**
- 118 **E.: Os seus pais trabalhavam também nisso?**
- 119 **P.: Pois, por isso é que eles não me deram a escola, coitados, trabalhavam os dois, enquanto**
- 120 **(eu) tomava conta de 4 irmãos, fiquei assim.**
- 121 **E.: Quando o seu marido faleceu, a Dona A. agarrou-se então ao trabalho?**
- 122 **P.: Eu já trabalhava, trabalhei sempre.**
- 123 **E.: Já trabalhava, mas não ficou em casa?**
- 124 **P.: Não, não, não deixei o trabalho.**
- 125 **E.: Continuou, tinha que sustentar a família.**
- 126 **P.: E tinha que sustentar as coisas que fazia por ele, contas, remédios... E ai Jesus!**
- 127 **E.: Pois, tinha de cuidar. Como é que foi o facto de assumir (novos) papéis, coisas que eram**
- 128 **feitas pelo seu marido, tiveram de ser começadas a serem feitas pela Dona A. ... Foi difícil**
- 129 **essa adaptação?**
- 130 **P.: Então não foi? Ele é que tratava das coisas.**
- 131 **E.: E como é que se adaptou? Como é que conseguiu?**

- 132 P.: À força de vontade que Deus me dava.
- 133 E.: **E lá com essa força de vontade conseguiu.**
- 134 P.: Consegui, graças a Deus.
- 135 E.: **E o que é que tinha que tratar? Que coisas?**
- 136 P.: A gente tinha terras, quem tem terras, tem sempre coisas a fazer.
- 137 E.: **É verdade, ui, trabalho não falta, às vezes dizem que as mulheres estão em casa.**
- 138 P.: Ai, não.
- 139 E.: **Coisas que o seu marido fazia?**
- 140 P.: Ele ajudava-me em tudo graças a Deus, só não lavava roupa e passava a ferro, de resto fazia
- 141 tudo.
- 142 E.: **Coisas que ele fazia e depois ele faltou, e a Dona A. teve que fazer em vez dele?**
- 143 P.: Aí tive que fazer tudo.
- 144 E.: **E que coisas foram essas?**
- 145 P.: O trabalho que ele fazia, fazia-o eu. Trabalho que era para os 2, era para mim sozinha.
- 146 E.: **E muitas vezes terá sido difícil!**
- 147 P.: Nosso senhor é que sabe, lá se vai passando com Deus.
- 148 E.: **Vai passando. Olhe Dona A., muito obrigada por este bocadinho.**



**ID 5**

1 **E.: Pronto Dona M., neste momento a Dona M., sente-se em luto? Sente ainda muita dor,**  
2 **muita tristeza? Sente ainda o seu coração muito vazio?**

3 **P.:** Isso nunca se apaga, nunca se apaga.

4 **E.: Então sente, ainda sente?**

5 **P.:** Sinto, porque foi um companheiro excepcional que eu tive.

6 **E.: Era uma pessoa que estava ali sempre?**

7 **P.:** Era, nunca saía sozinho, levava-me sempre com ele, nunca ia para os cafés sozinho só se,  
8 por exemplo, fosse algum lado ou se passasse no café que a gente costumava frequentar é que  
9 ele parava, mas de resto.

10 **E.: Iam sempre os dois para todo o lado?**

11 **P.:** Sempre, sempre, havia pessoas que até diziam: - "Eu até vos invejo. Vocês andam sempre  
12 juntinhos". Pessoas mais velhas, assim na brincadeira.

13 **ice**

14 **P.:** Foi.

15 **E.: Eu agora gostava que me falasse um bocadinho da sua vida adulta, como era a sua vida**  
16 **quando era adulta, os seus pais...**

17 **P.:** A minha vida, o meu pai quase não o conheci. Ele deixou a minha mãe e arranjou outra, não  
18 matou nunca a fome (nunca os ajudou). Eu nasci em 41 era a guerra, havia muita fome.

19 **E.: Sim, sim.**

20 **P.:** A minha mãe via-se sozinha a trabalhar para 3, a ganhar para 3.

21 **E.: Três. A Dona M. tem irmãos?**

22 **P.:** Tenho um irmão mais velho e uma irmã mais nova.

23 **E.: Estão vivos ainda?**

24 **P.:** Estão. O meu irmão já *está* [estava] ceguinho, e *atão* [então] a minha mãe coitada, nunca  
25 tinha [impercetível] para a gente, nunca tinha um beijinho para dar, não tinha, via-se  
26 desesperada também... Agora conheço isso. E de maneira que nunca *teve* [tive] assim grande  
27 carinho. Pois é, sobre os meus pais foi assim.

28 (Nos próximos 2 min e 16 segundos entrada de uma auxiliar que veio falar com a Dona M.,  
29 para ver como é que ela se encontrava).

30 **E.: E depois, a Dona M. tinha os seus pais, estava com a sua mãe ou estava com o seu pai?**

31 **P.:** Com a minha mãe, aí o meu pai!

32 **E.: Estava com a sua mãe, e ajudava a sua mãe lá no trabalho?**

33 P.: Ah pois, comecei de pequenina.

34 E.: **A trabalhar onde?**

35 P.: A trabalhar no campo, ali umas quintas do lado de lá do rio.

36 E.: **Sim.**

37 P.: E a gente atravessava o rio num bote e íamos descalços pela cheada no inverno, para lá  
38 trabalhar e depois *foi* [fui] para a seca do bacalhau quando já era maiorzita. *Foi* [fui] com 14  
39 anos, no dia dos 15 (anos) tive lá um acidente, calquei uma ficha e já estava a pôr fume por  
40 todos os lados (risos). Depois a minha mãe também me *deu* [colocou] à costura um tempito,  
41 mas para onde eu fui eu não estava a aprender a costura, estava era ajudar a mãe da rapariga  
42 que me ensinava e quase nunca parava na costura. Ela (mãe da rapariga) depois foi para o  
43 Brasil, casou-se por papéis, e o marido chamou-a, e eu fiquei sem saber de nada. Mas depois  
44 havia os bacalhoeiros, que era preciso juntarem mais do que uma costureira, e como eu já  
45 sabia coser bainhas.

46 E.: **Já sabia fazer alguma coisa então.**

47 P.: Talhar não, e as pessoas pediram à minha mãe para as costureiras não perderem tanto  
48 tempo... E lá ia, e comecei a aprender, até calças de homem fazia ao vê-las cortar, porque na  
49 cachopa onde eu andei, nunca estava ali ao pé delas, só me ensinou a coser à máquina.

50 E.: **E no meio de tanto trabalho, o que é que fazia para se divertir?**

51 P.: Ai divertir, onde é que eu estava... O divertimento. Onde é que lá vai.

52 E.: **Para se distrair, para fazer alguma coisa...**

53 P.: Depois casei muito nova também, com 18 anos.

54 E.: **Como é que conheceu o seu marido?**

55 P.: Ele era lá vizinho.

56 E.: **Morava pertinho de si...**

57 P.: Pertinho e era colega do meu irmão, ele era quase da idade do meu irmão... Ele era mais  
58 velho do que eu e casamos, e daí a 1 mês foi ele para o mar também.

59 E.: **Andava também no mar?**

60 P.: Andou 10 anos no mar, no bacalhau.

61 E.: **Mas esteve sem vir a casa?**

62 P.: Não, vinham ao fim de 6 meses.

63 E.: **Ah vinham ao fim de 6 meses?**

64 P.: Eram 6 meses lá e 6 meses cá, e depois lá andou 10 anos, depois ficou interno não quis ir  
65 mais, e trabalhava nas obras. Depois foi para a Alemanha por contrato, ao fim de 7 meses veio-  
66 me buscar também por contrato. Nunca mais nos separámos.

67 E.: **Veio-a buscar e foram para Alemanha os dois. Ainda não tinham filhos?**

68 P.: Tínhamos, tínhamos, mas como ele não tinha... Era preciso ter casas suficientes com os  
69 metros suficientes, eles eram muito rigorosos os alemães. E ele não conseguiu, nem ele, nem  
70 eu, *apóis* [depois] arranjar casa.

71 E.: **Para os filhos também.**

72 P.: Estávamos numa divisãozinha, onde a cama era metida na parede, à noite levávamos a  
73 cama que queríamos e arredávamos a mesa. De dia metíamos a cama na parede e  
74 encostávamos a mesa. Uma cozinha muito pequenina só cabia assim...

75 E.: **Só um espacinho.**

76 P.: E então lá conseguimos.

77 E.: **E quanto tempo estiveram lá, na Alemanha?**

78 P.: Eu *teve* [estive] 12 anos e ele *teve* [esteve] 13, mais ou menos isso.

79 E.: **E sem ver os filhos?**

80 P.: Não, ele foi buscá-los ao fim de 1 ano.

81 E.: **Ah, foram buscá-los!**

82 P.: A gente depois arranhou casa. Ele disse ao patrão que se ia embora, porque não conseguia  
83 *levar* [trazer] os filhos, que não conseguia arranjar casa, e o patrão arranhou-lhe uma casa, mas  
84 era muito dinheiro. *Era* [Eram] 700 marcos, eu não os ganhava nesse tempo, e eu assim *atão*  
85 [então] “ (o que) estou eu aqui a fazer, a trabalhar para dar?”.

86 E.: **O que é que fazia na Alemanha a Dona M.?**

87 P.: Era numa fábrica.

88 E.: **Trabalhava numa fábrica?**

89 P.: Numa fábrica de limpezas.

90 E.: **É, na Alemanha as mulheres trabalham muito nas limpezas.**

91 P.: É, é, é. Mas eu tinha as 8 horas, 8 e 10. Em princípio, queriam-me lá 10 horas, e depois é  
92 que ia para a limpeza.

93 E.: **E depois lá conseguiu que os filhos...**

94 P.: Lá consegui levar os filhos, e estivemos lá *atão* [então] 12 anos.

95 E.: **Depois os filhos lá cresceram...**

96 P.: Os filhos lá cresceram.

- 97 **E.: E estão em Portugal agora?**
- 98 **P.:** Agora estão, um está no Algarve e o outro está ali para Mangualde.
- 99 **E.: Eles costumam vir cá visitá-la?**
- 100 **P.:** Não.
- 101 **E.: Não, nem falar ao telemóvel?**
- 102 **P.:** Nada. Eles queriam que nós déssemos tudo o que tínhamos. Nós temos o terreno da nossa
- 103 casa, que vai desta estrada principal até ao rio.
- 104 **E.: Ainda é muito.**
- 105 **P.:** Uns [impercetível] metros é assim uma coisa.
- 106 **E.: Ainda é muito.**
- 107 **P.:** E temos outra, mas foi tudo comprado, quer-se dizer, era os prédios dos meus sogros e
- 108 calhou (dividir pelos) 4 filhos. Nós comprámos aos outros 3, para ficar com o prédio inteiro
- 109 para nós, e eles também não se interessaram porque calhava uma *leirinha* [parte] pequena a
- 110 cada um, e assim toda junta fez uma *leira* [parte] boa. E comprámos outra nesta rua de cima
- 111 de 32 metros de *largo* [largura] e 102,5 *comprido* [de comprimento] para trás.
- 112 **E.: E eles deram isso aos seus filhos?**
- 113 **P.:** E nós demos uma autorização. Ela (filha) tem lá casa, mas depois ela levou um rumo
- 114 diferente, não trabalhava, perdeu a cabeça e depois queria vender para sair daqui, e levou a
- 115 gente para uma advogada para nos obrigar, queria nos obrigar a dar... Que a gente tinha
- 116 combinado, se tudo corresse bem, o terreno da nossa casa era para o irmão, que o irmão já
- 117 tinha casa lá em Mangualde, e o outro terreno era para ela que já tinha lá a casa dela. Mas foi
- 118 culpa metade e ela levou a gente para a guarda, para nos obrigar a dar tanto *uma como outra*
- 119 [a um como ao outro].
- 120 **E.: Isso é triste.**
- 121 **P.:** E a própria advogada dela disse-nos assim, disse assim ao meu marido: - “Senhor M., nunca
- 122 faça isso!”. A própria advogada dela: - “Olhe, eu estou a trabalhar para a sua filha, é ela que
- 123 me paga mas, eu *conselho* [aconselho] enquanto forem vivos não darem tudo o que têm”. Era
- 124 quanto a gente tinha, eram aqueles 2 terrenos, porque quando ela fez a casa podia-se se fazer
- 125 só com uma autorização e depois a gente lá foi, lá pôs em nome dela, mas como uma doação...
- 126 Depois ela queria vender, ainda chegou a receber dinheiro do sinal, não sei se chegou a pagar
- 127 se não. Passado um tempo a senhora até foi ter comigo para saber se eu sabia onde é que ela
- 128 estava, porque ainda não tinha pago, estava para trás, porque a culpa não foi da senhora e

129 então, já não sei onde ia... E então ela queria vender para sair dali, foi para o Algarve, ao  
130 menos lá ninguém a conhece. E era tudo para vender, para estoirar, estoirava tudo.

131 **E.: São coisas tristes, isto não é Dona M.?**

132 **P.:** É, é.

133 **E.: Então nunca teve muito o apoio...**

134 **P.:** Não.

135 **E.: ... Dos seus filhos, era mesmo o seu marido.**

136 **P.:** Era só o meu marido. Depois prometeu ao irmão, quando a gente fez a doação ela pensava  
137 que podia vender, mas como comprou teve que ir ao banco pedir dinheiro, e o banco *lhe*  
138 *emprestou* [emprestou-lhe] porque a terra não estava livre, a gente se precisasse, ele tinha  
139 que enterrar, não é? E então prometeu ao irmão *lhe* dar a parte dele do terreno, lá ao pé dela,  
140 e o irmão virou-se para ela também. Vinha *visitar* [visitá-la], ela mora nesta rua, após o mesmo  
141 direito que nós, na outra de baixo, vinha visitar a irmã e não vinha ter com a gente. E disse que  
142 os meninos: - “Eu quero ir à avó M.”.

143 **E.: Tem netos?**

144 **P.:** E eles não os deixavam ir. Quer-se dizer que ele se virou para ela (juntou-se à irmã), à  
145 espera também que a irmã ia *vender* [vendesse], e ele ia receber dinheiro.

146 **E.: Era triste. E a Dona M. e o seu marido, quando estavam em casa os dois depois de vir do**  
147 **trabalho, quando estavam em casa os dois, o que é que faziam? A Dona M.? Já aqui em**  
148 **Portugal.**

149 **P.:** Aqui em Portugal, a gente trazia-mos desejos à nossa vida antiga, fazíamos o terreno da  
150 nossa casa, ele comprou um tratorcinho e um motocultivador.

151 **E.: Ah, sim!**

152 **P.:** E íamos à mata ao musgo para *estremar* [separar], íamos ao rio ao *moliço* [adubo], porque  
153 não tínhamos gado e chamávamos assim *a* [à] terra, era um recreio para nós. Parece aquela  
154 coisa antiga, que a gente estava *acostumados* [acostumada].

155 **E.: Era uma coisa que vos dava muita alegria.**

156 **P.:** Muita alegria mesmo, não era por causa do dinheiro, porque dinheiro até se faz pouco nas  
157 terras, mas pronto trazíamos aquela saudade. Eu trazia saudade, muita saudade.

158 **E.: Eram, então, momentos bons que viviam os dois juntos?**

159 **P.:** Era, era.

160 **E.: Tinham uma relação muito bonita.**

161 **P.:** Muito boa, muito boa graças a Deus. Foi a melhor coisa que eu tive na minha vida, foi o  
162 meu marido, porque os filhos geraram assim, nem à morte vieram do pai.

163 **E.: Não? É triste.**

164 **P.:** É triste, fizemos tudo por eles.

165 **E.: E os outros familiares, as irmãs, amigos?**

166 **P.:** A minha irmã mais nova pôs-se do lado da minha filha. Sabia perfeitamente que a gente  
167 não tinha culpa de nada.

168 **E.: Então nunca teve o apoio dos seus irmãos?**

169 **P.:** Do meu irmão sim, mas a minha irmã pôs-se do lado dela, mas não faz mal. Ela tem 7 filhos  
170 e não se dá com nenhum, ainda a filha dela veio-me aqui visitar há dias, uma que está cá, e a  
171 mãe não fala com ela, e diz que não fala com nenhum irmão dos outros, que estão na França, e  
172 tem uma filhinha também perdida com a droga, mas ela não quer saber dela. Eu chorei muito,  
173 porque ela sabia a nossa vida.

174 **E.: E depois de perder o seu marido, mais complicado foi porque não tinha ninguém...**

175 **P.:** Claro, não tinha apoio de ninguém.

176 **E.: E amigos? As vizinhas?**

177 **P.:** As vizinhas. E aqui no lar tenho uma família tão grande, tão grande, tão grande!

178 **E.: São elas a família.**

179 **P.:** É. Ainda agora estive no hospital, eu tinha as 9 visitas e cheguei a ter até 11, tudo pessoas  
180 daqui dos arredores, e as daqui do lar, tudo, tudo.

181 **E.: Muito bom.**

182 **P.:** E lá no meu canto.

183 **E.: Pronto, temos que pensar nas coisas boas que temos, não é?**

184 **P.:** Pois é.

185 **E.: E quando estavam em casa os dois, a Dona M. e o seu marido?**

186 **P.:** Quando ele tinha saúde...

187 **E.: Estavam em casa os dois, passavam lá os dois um bocadinho sentadinhos?**

188 **P.:** Ele não saía do quintal. Ele tinha lá um quintal de laranjeiras e ameixoeiras, de tudo, de  
189 limões, laranjas, acho que ainda há lá algumas, mas aquilo secou tudo, e ele quando já não  
190 podia, eu tenho um *passeio de cimento ao meio, um quintal* [passeio de cimento ao meio do  
191 quintal], ele já andava na cadeira de rodas. Eu levava-o e arranjava um pau comprido e ele,  
192 ainda *mixia* [mexia] os braços. Eu dava-lhe o pau para ele apontar na árvore (o) que eu havia  
193 de cortar, porque para isso eu não tinha jeito. Uma vez cortei um [impercetível] que ele tinha

194 feito, ai! Ficou tão mal (risos), mas compreendeu claro, destas coisas não sabia, não é? Não  
195 sabia nada disso.

196 **E.: A Dona M. tratava mais das coisas da casa e isso, e ele tratava mais das contas?**

197 **P.:** Quando ele podia era.

198 **E.: Quando ele podia?**

199 **P.:** Quando ele podia.

200 **E.: Agora vamos falar mais sobre a perda do seu marido. O que é que sentiu após ter perdido**  
201 **o seu marido? A pessoa que amava. Dentro da sua família já me disse que foi um bocadinho**  
202 **complicado.**

203 **P.:** Pois foi, pois foi, do meu lado.

204 **E.: E do lado dele?**

205 **P.:** Do lado dele era tudo amigo, ainda são.

206 **E.: Teve então, o apoio dos amigos e da família dele também.**

207 **P.:** As que são vivas olhe, está uma na América também telefonava tantas vezes, eu estive no  
208 hospital e o Â. (animador da instituição) levou lá 4 visitas daqui, e filmou lá e eu estava com o  
209 soro agarrado a mim... E a minha sobrinha, aquilo foi logo, acho que no mesmo dia ela viu e foi  
210 perguntar à mãe: - “Eh mãe, esta não é a madrinha?”, - “É”, - “Mas, ela está no hospital?”.  
211 Viram por causa do...

212 **E.: Sim, sim.**

213 **P.:** Essa (cunhada) tem-me telefonado, é raro o dia que ela não me telefona para ver (saber)  
214 como é que eu estou.

215 **E.: Muito bom. Na parte do seu marido, sempre estiveram...**

216 **P.:** Sim, sim.

217 **E.: E depois os vizinhos também sempre vos ajudaram?**

218 **P.:** Os vizinhos também. Tinha lá um casal vizinho (que) também me ajudou muito, muito,  
219 muito, muito e às vezes, *ajudar-me* [ajudavam-me] a deitar o meu marido na cama, *estava*  
220 [estavam] lá à noite um bocado, *fazia-nos* [faziam-nos] sempre companhia.

221 **E.: O seu marido esteve aquele tempo doente, não é? Já doente. E era a Dona M., sozinha,**  
222 **que cuidava dele?**

223 **P.:** Era eu sozinha, (mas) já ia uma rapariga daqui (instituição), ainda não estava o lar feito.

224 **E.: Do domicílio, do domicílio?**

225 **P.:** Era, ajudar a dar banho e pronto, e foi assim.

226 **E.: E a Dona M. lá cuidava, fazia tudo o que podia.**

227 P.: Tinha que ir à farmácia, tinha que vir aqui à médica buscar credenciais ou receitas, ou o que  
228 fosse... Ele ainda andou na *terapia* [quimioterapia]. Tinha que ir ao banco, à caixa à (Gafanha  
229 da) Encarnação, tinha que o deixar sozinho, tinha de ir 1 vez por mês ao hospital para buscar  
230 os medicamentos,...

231 E.: **Pois para fazer essas coisas todas tinha que o...**

232 P.: ... Tinha um medicamento que só davam no hospital e eu tinha isso tudo na minha  
233 cabecinha, era tudo em cima de mim, tudo, tudo, tudo, eu não sei como é que ele não morreu.

234 E.: **Era um peso muito grande!**

235 P.: Ai! E eu não estava acostumada. Ele é que girava com as coisas por fora.

236 E.: **Ele é que fazia tudo, não estava tão habituada.**

237 P.: Senti muito.

238 E.: **Sentiu muito?**

239 P.: Muito mesmo.

240 E.: **E desde que ele faleceu, muita coisa mudou na sua vida...**

241 P.: Ah, pois.

242 E.: **O que é que mudou na sua vida?**

243 P.: Mudou tudo, mudou que fiquei sozinha.

244 E.: **Mas sente mais dificuldades? Sente... A sua saúde sente que, depois de ele ter falecido, se**  
245 **calhar a sua saúde...**

246 P.: A minha saúde agora está má.

247 E.: **Agora está com problemas.**

248 P.: E já ando há muito, só que agora é que descobriram porque eu não me queixava, não tinha  
249 dores.

250 E.: **Pois, essas coisas, às vezes não temos dores, e elas aparecem.**

251 P.: Deixei de comer, e era o estômago, o comer não passava e apanhei uma anemia. Já não  
252 tinha força para caminhar, andei aí uma noite a arribar, parecia que tinha aqui facas a me  
253 espetarem, então lá me queixei. A Doutora viu-me, fez logo uma carta para eu ir para o  
254 hospital, mas eles não operaram, eles só abriram buracos para arredar o mal que estava a  
255 tapar o canal do estômago. E agora para fazer, como é que se diz? Queimar...

256 E.: **Sim, foi para...**

257 P.: Para ver se não [impercetível] tanto. É, mas isto é mau.

258 E.: **É complicado.**

259 P.: Então é assim.



260 **E.: Depois a Dona M. já estava habituada, teve que mudar alguns hábitos da sua vida quando**  
261 **o seu marido estava doente. Depois de ele ter falecido continuou na sua casa?**

262 **P.:** Não, eu vim para aqui, ele veio.

263 **E.: Ah ele estava vivo e veio para aqui com ele?**

264 **P.:** Pois, assim que o lar abriu vim logo no primeiro dia. Eu já não aguentava, eu já não  
265 aguentava, e demos então a nossa casa ao lar, esse terreno, demos ao lar, já que os meus  
266 filhos não queriam saber. A minha filha até escrevia cartas e punha-as na caixa do correio à  
267 gente a dizer que a gente para ela já tinha morrido, que havíamos de morrer sozinhos  
268 encostados numa parede. Eu dei isso a ler.

269 (Entrada da médica e enfermeira).

270 **E.: Então muita coisa mudou desde a perda.**

271 **P.:** Mas aqui adaptei-me bem, sabe?

272 **E.: Então veio para o lar, aqui, com ele mal o lar abriu...**

273 **P.:** Ainda durou aqui 1 ano, faltavam 8 dias para o ano (acabar) e estava adaptada já com ele  
274 aqui. Vim por necessidade mesmo, por isso é que me adaptei bem. E elas são todas boas para  
275 mim, todos, tanto as de lá da frente, como as que trabalham...

276 **E.: É toda a gente muito boa.**

277 **P.:** É, é, e então adaptei-me bem.

278 **E.: Graças a Deus.**

279 **P.:** Claro que era melhor estar em casa com o meu marido, mas não pôde ser.

280 **E.: E aqui tinha ajuda, estava a ser uma saturação muito grande.**

281 **P.:** Se estivesse em casa, já tinha morrido.

282 **E.: É muito cansativo. O que é que a Dona M. faz para conseguir que essa dor seja menor?**

283 **P.:** Olhe eu no princípio, andei mais de 1 ano a ir todos os dias ao cemitério, parece que era  
284 uma obrigação que eu tinha, enquanto eu não fosse faltava-me aquilo.

285 **E.: Durante um ano ia sempre ao cemitério?**

286 **P.:** Mais de 1 ano, ia todos os dias. Depois assaltaram lá uma senhora que a campa dela era...

287 (Entrada de uma auxiliar para perguntar à Dona M. se já tinha comido).

288 **E.: Então diga-me lá o que estava a dizer. Então ia...**

289 **P.:** ... Todos os dias. Depois assaltaram lá uma senhora.

290 **E.: Uma vizinha?**

291 **P.:** Uma vizinha da minha campa, mas estava a enfeitar o meio. Há sexta-feira e ao sábado ia lá  
292 sempre muita gente, e às vezes até ao domingo, mas durante os outros dias da semana é [era]

293 raro. E o filho da mãe, mas ele conhecia a cachopa, ele conhecia a mulher, e ela andava  
294 carregada de ouro, e então ele chapou-a em cima da campa encostada puxou-lhe a volta (fio).  
295 Mas ela não é como eu, é esperta. Foi para cima da campa e começou a gritar, mas ele fugiu...  
296 Mas ela conheceu-o, era daqui, perto da rua dela. E eu apanhei medo, apanhei medo... E a  
297 partir daí, passei só a ir uma vez por semana e procurava às vezes os da junta e já sabia mais  
298 ou menos, e ia mais ou menos nessas alturas que eles andavam por lá. Quando eles andavam  
299 por lá ou quando já ia assim perto, avistava se estava algum carro ou se estava, pronto para ir  
300 mais *tranquila* [tranquila]. Agora, já só vou mais uma vez por semana enfeitar e meter uma  
301 velinha.

302 **E.: Vai sempre uma vez por semana?**

303 **P.:** Ai vou e não falha, falhou agora.

304 **E.: Agora que esteve no hospital.**

305 **P.:** Mas esta senhora (auxiliar), que veio aqui, tem ido lá enfeitar.

306 **E.: E isso é uma forma de ajudar na dor?**

307 **P.:** Pois, pois.

308 **E.: O facto de ir ao cemitério ajudava.**

309 **P.:** Ajuda, ajuda! Enquanto eu não ia parece que me faltava alguma coisa para fazer. Depois  
310 estranhei muito quando deixei de ir assim, estranhei muito, mas também tinha medo.

311 **E.: E outras coisas que a Dona M. faz, para conseguir que essa dor e que essa tristeza sejam**  
312 **menores?**

313 **P.:** Olhe, elas (auxiliares) arranjam sempre trabalho aqui para eu (me) distrair. Eu tenho a  
314 máquina de costura, e elas dão babetes para fazer, toalhas para cortar para fazer (toalhas)  
315 pequenas para a higiene, e outras trazem de casa calças para pôr [impercetível] para elas, e  
316 para os filhos.

317 **E.: E vai passando assim...**

318 **P.:** É, é.

319 **E.: ... O tempo.**

320 **P.:** E vou-me assim entretendo, outras vezes também gosto muito de ler, elas (auxiliares)  
321 também me dão livros para eu ler, emprestam.

322 **E.: Então foram estas as estratégias...**

323 **P.:** É.

324 **E.: ... Que a Dona M. utilizou para conseguir lidar melhor com a perda.**

325 **P.:** Esquecer mais, é.

- 326 **E.: Então, o ler, o fazer lá as roupas, o costurar...**
- 327 **P.: É verdade.**
- 328 **E.: E vai passando assim.**
- 329 **P.: Agora já me acostumei. Já sei que tem que ser assim a vida, já estou mais...**
- 330 **E.: Agora já está mais consciente.**
- 331 **P.: É.**
- 332 **E.: Ainda sente muito, mas faz para viver, para ter a sua vida?**
- 333 **P.: Pois.**
- 334 **E.: Que tipo de apoios teve? Teve algum apoio da segurança social, algum apoio económico?**
- 335 **P.: Não, é os daqui, é o presidente.**
- 336 **E.: Eles sempre ajudaram?**
- 337 **P.: Sempre, e a Doutora R. (Diretora técnica da instituição), as que trabalham lá à frente, a**
- 338 **enfermeira, todos eles.**
- 339 **E.: Eles sempre ajudaram bastante...**
- 340 **P.: E agora foram todos ter comigo ao hospital, o presidente...**
- 341 **E.: Mas mesmo a nível económico, sempre que precisa de alguma ajuda?**
- 342 **P.: A gente já fez o contrato, de elas (a instituição) fazerem tudo o que a gente precisasse até à**
- 343 **morte.**
- 344 **E.: Ah. Quando venderam o terreno, não venderam, deram.**
- 345 **P.: Pois, pois. E demos também algum dinheiro, que eu tive que o tirar todo do banco. Eu já via**
- 346 **o meu marido muito mal, e se eu o deixava no banco depois de ele morrer, era também para**
- 347 **os meus filhos... Eu levantei-o e também dei algum para aqui, *não custava todo* [não precisava**
- 348 **de todo], também dei algum.**
- 349 **E.: E ajudou aqui um sítio, que também a ajuda muito.**
- 350 **P.: É verdade, é verdade.**
- 351 **E.: E trouxe para aqui as suas coisinhas.**
- 352 **P.: Muitas delas, eles trouxeram, andam lá por baixo nos armários, as maiores e assim as**
- 353 **coisitas que ficaram lá pequenitas, eu ia lá às vezes (a casa), assim levo-as para lá (para o**
- 354 **centro). Parece a loja dos trezentos (risos).**
- 355 **E.: Em sua casa, não era?**
- 356 **P.: Pois, era na minha casa.**
- 357 **E.: Isto estava tudo em sua casa?**

- 358 **P.:** Era, mas as coisas maiores estão lá em baixo, estão lá em baixo pelos armários. Pois é, isso  
359 são as coisas pequenas que elas (os do centro) não quiseram trazer.
- 360 **E.: E parece que tem aqui o seu cantinho, a sua cozinha...**
- 361 **P.:** Estou aqui muito bem.
- 362 **E.: Tem o seu espaço, o seu cantinho, não é? E faz o seu comer também?**
- 363 **P.:** É.
- 364 **E.: Nunca se deixou ir abaixo perante a perda do seu marido? Perante a perda do seu**  
365 **marido, nunca se deixou ir a baixo?**
- 366 **P.:** Na altura, sentia muito e chorava muito sozinha de noite e tudo, mas...
- 367 **E.: Mas depois lá se levantou e lá conseguiu.**
- 368 **P.:** É, e elas (médica, enfermeira) deram-me remédio para eu esquecer mais.
- 369 **E.: Ainda lá sonha, ainda lá pensa...**
- 370 **P.:** Não termina nunca, mas já é mais leve.
- 371 **E.: Nunca termina.**
- 372 **P.:** Já se sabe que tem que ser assim, temos que nos conformar.
- 373 **E.: O que é que mais gosta de fazer agora?**
- 374 **P.:** Agora?
- 375 **E.: Sim, agora depois da perda do seu marido, o que é que gosta mais de fazer?**
- 376 **P.:** Eu aqui só faço assim trabalhinhos como eu já lhe disse, faço florzinhas para as cachopas.
- 377 **E.: Mas dá-lhe prazer fazer isso?**
- 378 **P.:** Dá, faço cravos em renda também. *Em* [No] princípio fazia patos em lã com um sabonete lá  
379 dentro, mas isso já deixei de fazer porque andava aí um senhor que andava aí junto com uma  
380 moça, já não está aqui, não quiseram segunda vez, e eles andavam a levar, eu fazia aquilo para  
381 ajudar.
- 382 **E.: Ah, e eles levavam!**
- 383 **P.:** E eles levavam sem dizer nada a ninguém, aquilo faltava, faltava e eu era assim para o Â.,  
384 porque só o Â. e eu é que tínhamos acesso àquilo, mas ele tinha sempre o armário aberto, e  
385 eles iam como quem não quer a coisa lá na sala e as pessoas viam, mas não sabiam se eles  
386 tinham falado com a gente ou não. E aquilo faltava, faltava, faltava, quando viemos a descobrir  
387 eram eles, era ela para vender e ele ajudava. Ele ajudava a encobri-la. Quando soubemos a  
388 verdade ele andava ali a regar, que agora sou eu que faço o jardim, mas agora está...
- 389 **E.: Pois, a Dona M. cuida daqueles vasos todos lá fora!**

390 P.: ... Mas agora dá muito trabalho, está tudo muito estragado, já há muito tempo que não  
391 posso.

392 E.: **Mas foi depois da perda do seu marido que começou, Dona M.?**

393 P.: Foi. E então eu fui lá baixo, ele andava ali a regar e eu disse assim: - “Oh Senhor J., eu nunca  
394 pensei uma coisa destas de você!”. Então andava a fazer, às vezes precisava de dormir um  
395 soninho enquanto o meu marido estava a descansar, e ficava quando era pela altura da  
396 Páscoa, que as pessoas compravam para oferecer... E eu deixava de dormir um soninho para  
397 fazer aquilo para ajudar, pelo menos os patos eram 5 euros cada um, os cestos, aqueles  
398 cestinhos de pôr os guardanapos, pronto, e eles andavam a levar então daí comecei: - “Então  
399 eu ando a fazer para ajudar e vocês andam a levar?” E diz ele assim: - “Você é filha da puta e  
400 de fraca raça”, foi logo assim, aquilo doeu-me tanto! Graças a Deus ninguém tem nada para  
401 me apontar.

402 E.: **A Dona M. é muito estimada aqui na instituição, não é?**

403 P.: E chamou-me esses nomes [impercetível] para falar para mim, mas eu não [impercetível],  
404 ele não vale nenhum.

405 E.: **E como é que a Dona M. lembrou-se de fazer ali o (jardim) de [em] baixo?**

406 P.: Porque eu precisava das flores para enfeitar.

407 E.: **Queria enfeitar, e então lembrou-se, vamos lá fazer!**

408 P.: Para não andar sempre a comprar, mas agora não tem nada, agora está muito  
409 desmazelado, muito desmazelado e não sei quando volta.

410 E.: **Quando melhorar pode ser.**

411 P.: É que a cabeça não pode andar pendurada sabe?

412 E.: **Quando melhorar, tem que dizer a alguém para ir lá regar e cuidar. Então, gosta muito de  
413 fazer esses trabalhinhos?**

414 P.: Era, gostava muito mesmo.

415 E.: **Gosta muito. Mas depois de perder o seu marido, passado só um bocadinho, é que  
416 começou a fazer esses trabalhos?**

417 P.: É que comecei a fazer, pois. Estes trabalhos manuais, já os fazia com a G. (auxiliar).

418 E.: **Já fazia...**

419 P.: Agora o jardim foi só depois de ele morrer.

420 E.: **A maneira de ser da Dona M. mudou um bocadinho, com a perda do seu marido?**

421 P.: Não sou tão alegre.

422 E.: **Não é tão alegre, mas de resto sempre muito trabalhadora, (com) muita vontade.**

- 423 **P.:** Sim, sim, trabalhei sempre, ajudei-o sempre, sempre, por isso é que ele era meu amigo.
- 424 **E.:** **Graças a Deus. E o que é que gosta menos de fazer?**
- 425 **P.:** Menos?
- 426 **E.:** **Depois de ter perdido o seu marido.**
- 427 **P.:** Não sei, o meu trabalho agora é pouco, não sei o que quer que lhe responda (risos).
- 428 **E.:** **Exato. Vai fazendo o que lhe dá mais gosto.**
- 429 **P.:** É, quando não tenho que fazer leio.
- 430 **E.:** **Lê?**
- 431 **P.:** É.
- 432 **E.:** **Por isso é que tem essa memória toda esperta (risos).**
- 433 **P.:** Gosto muito de ler.
- 434 **E.:** **Tem essa memória muito boa. Olhe Dona M., eu agradeço por ter falado comigo, nem**
- 435 **sempre é fácil nós falarmos sobre estes assuntos.**
- 436 **P.:** Pois.
- 437 **E.:** **Mas também é bom desabafar.**
- 438 **P.:** É, é, então não é?!
- 439 **E.:** **E eu agradeço por estar este tempinho a falar comigo.**

ID 6

1 **E.: Neste momento, neste momento Dona E., sente-se em luto? Quando falo em luto, não**  
2 **falo do luto de roupa.**

3 **P.:** De dentro.

4 **E.: Falo do luto cá dentro. Sente ainda?**

5 **P.:** Estou-lhe a dizer que a minha mãe morreu há 50 e tal anos, e o meu irmão com 17...

6 **E.: Ainda sente?**

7 **P.:** E não esqueci.

8 **E.: E o marido que foi há menos, muito mais.**

9 **P.:** Também pois, e o meu pai também.

10 **E.: Ainda sente uma grande tristeza, uma saudade muito grande?**

11 **P.:** Eu sou irmã de quinhão [conjunto] de 10 irmãos, e só somos 2.

12 **E.: Ah são, estão 2? Eram 10.**

13 **P.:** Sabe, as crianças que morreram pequeninas pois, e [impercetível] ... Faz quinhão [conjunto]  
14 de 10 e somos só 2, como morreu um irmão com 17 e eu *lembra-me* [lembro-me] *é que como*  
15 *o estou a ver* [é como o estivesse a ver] (lágrimas).

16 **E.: Lembra-se de tudo. Eu gostava que a Dona E. me falasse um bocadinho da sua vida,**  
17 **quando era mais nova, mais jovem, dos seus pais...**

18 **P.:** Os meus pais, os meus pais não (me) deixavam gozar para lado nenhum.

19 **E.: Era só trabalho.**

20 **P.:** Não era o trabalho. Assim por exemplo, ao domingo não me deixavam ir a lado nenhum. A  
21 gente, em tempo, fazia-se muitas novenas [encontro de orações], por exemplo.

22 **E.: O que são novenas?**

23 **P.:** Novenas [encontro de orações], eu *prometi-me* [prometi] uma novena [encontro de  
24 orações] de rapazes e cachopas pelo meu irmão, se ele chegasse (a) conseguir caminhar.

25 **E.: Ah. Já sei o que é isso.**

26 **P.:** Já sabe? Então que ele, salvo seja, daqui para cima não mexia a perninha era só daqui para  
27 baixo. Ele sofreu muito, *ela* [ele] até se tirava ao porco com as dores que lhe dava.

28 **E.: E os seus pais? Então vivia com os seus pais.**

29 **P.:** Eu vivia com eles porque era nova, *né* [não é]?

30 **E.: E como é que conheceu o seu marido?**

31 **P.:** O meu marido? Era meu vizinho.

32 **E.: Era seu vizinho?**

33 P.: Mas eu tinha muitos rapazes.

34 E.: **Atrás de si?**

35 P.: Sim, *gostava* [gostavam] muito de mim, não sei porquê, mas eu quis...

36 E.: **Mas a Dona E. teve olho para aquele.**

37 P.: Não sei não.

38 E.: **A Dona E.?**

39 P.: Ele, ele. Os pais (do marido) zangaram-se lá. Ele (marido) andava no trabalho na seca, sabe  
40 o que é as secas?

41 E.: **Sei, sei, sei.**

42 P.: Andava na seca, e um dia eles zangaram-se porque a gente éramos vizinhos, a casa dele era  
43 deste lado, deste e a minha era deste e eles zangaram-se por causa das prendas... Zangaram-  
44 se, e *atão* [então] a gente das terras eram perto uma das outras. Eu andava na terra e ele  
45 (marido) chegou e não me saudou, nem me disse boa tarde, nem bom dia... Então eu assim,  
46 “ah se é assim, então espera que enquanto andarem aqui, tanto vale ser os pais como ser ele,  
47 eu também faço a mesma coisa!”. E bem andámos sem falar muito tempo, mas eu disse-lhe  
48 para ele, que ele tinha-me dado um anel, acho que era para ver se me assegurava (risos). Eu  
49 assim: - “Para que é isso?”, - “Não, fica com o anel”, ele assim... Vai ele disse assim: - “Ah!”...  
50 Depois ainda se zangaram mais, então eu assim “ah sim, é isso”, e a minha mãe, Deus que fale  
51 alto... Tinha o caminho ao meio, faz de conta que os correios da criação da minha mãe *era*  
52 *encostado* [eram encostados] a esse caminho, e a casa deles também tinha o caminho ao  
53 meio... E havia, porque o meu irmão era padrinho deste irmão que eu tenho, e eu era a  
54 madrinha e *atão* [então] eu cheguei da seca, tinha vezes que vinha cedo, mas tinha outras que  
55 não... Largava-mos à meia-noite e depois está claro *né* [não é], a vida era assim... *Vim* [Fui] para  
56 seca com 11 anos, e ele (marido) vai, e um dia eu queria-lhe dar o anel e ele agarrou-me... E eu  
57 assim, porque a minha mãe dize-me assim: - “Oh E.”, - “Diga”, quando eu vinha cedo, eu não  
58 vinha sempre à mesma hora... “Quando, tens que aqui me dizer se o compadre...”, tratávamos  
59 por compadres, para ele (marido) ser padrinho e eu madrinha do meu irmão, “Se ele te deve  
60 alguma coisa ou não” (mãe). E eu assim: - “O quê? Queria saber isso?”, - “Porque eu ouço a  
61 mãe dele a ralar com ele, a dizer se ele tinha outras raparigas”... Se tinha uma prima ou  
62 assim, ou outra. E eu assim: - “Olhe está bem, fique descansada, não me deve nada”, - “Sabes  
63 para que era? Era para tratar de ele casar contigo”...

64 E.: **Ah sim.**



65 P.: ...“Para tratar de casar contigo” (mãe), e eu vai, fiquei descansada. Depois ele foi-me  
66 esperar à seca pelo caminho, e vai e eu disse-lhe assim: - “Toma lá o anel”, – “Ai tal, para quê  
67 que estás a dar-mo?”, – “Agarra lá o anel”. Eu sou pobre por infelicidade, que a minha mãe era  
68 muito doentinha e o meu irmão. A minha mãe morreu com 55 anos.

69 E.: **Muito nova.**

70 P.: E o meu irmão com 17... E depois então aí deixámos de falar... Uns e outros deixaram de  
71 falar.

72 E.: **Sim.**

73 P.: E eu disse: - “Eu sou pobre por infelicidade, mas eu arranjo mais depressa um rapaz do que  
74 tu uma cachopa”. E *foi* [fui] à tal, essa novena [encontro de orações] do meu irmão de rapazes  
75 e cachopas, talvez você conheça a Broa de Milho, não sabe onde é? Perto de Aveiro?

76 E.: **Não, não conheço.**

77 P.: Não sabe? É logo uma ladeira [rua] que está ali... Vai a ladeira [rua] assim para baixo e é  
78 logo lá pertinho. E vai, mas ele (marido) também foi do rancho, mas ele não era da novena  
79 [encontro de orações], ele não era, mas foi... E olhe, nessa novena [encontro de orações] já  
80 arranjei o [um] rapaz. Ele gostava muito de mim e as famílias.

81 E.: **Então foi aí que...**

82 P.: Que arranjei esse rapaz.

83 E.: **O que casou?**

84 P.: Não, o que casei esse foi, andávamos zangados.

85 E.: **Ah está bem.**

86 P.: Eu tinha-lhe dado o anel e ele vai, mas eu disse-lhe: - “Eu arranjo mais depressa um rapaz  
87 do que tu arranjas uma rapariga”.

88 E.: **Então lá arranjou outro, não foi?**

89 P.: Diga.

90 E.: **Lá arranjou outro.**

91 P.: Pois, na novena [encontro de orações] ... Fomos a pé e viemos. Graças a Deus, o meu  
92 irmãozinho com a perninha como ele caminhava, foi a caminhar... Era, se ele chegasse a  
93 caminhar tínhamos que fazer uma novena [encontro de orações] de rapazes e raparigas a essa  
94 igreja, não me lembro mas é do nome da santa.

95 E.: **E depois?**

96 P.: E depois o rapaz namorava comigo, ele vem, ele era da outra Gafanha, que era a Gafanha  
97 da Vista Alegre, conhece? Da vista alegre, da loiça, da vista alegre?

- 98 **E.: Não. Eu conheço muito pouquinho daqui de Aveiro.**
- 99 **P.:** E *atão* [então], ele (marido) vai também arranhou uma lá naquela Gafanha, arranhou lá uma.
- 100 **E.: Então deixou-a, deixou a Dona E.?**
- 101 **P.:** A mim? Não... Eles os velhos zangaram-se, e a minha mãe disse-me isso, perguntou-me
- 102 isso.
- 103 **E.: O que andava zangado consigo, é que arranhou também uma?**
- 104 **P.:** Sim. Ele era daquela Gafanha e namorava com uma lá da mesma Gafanha, daquele que
- 105 namorava comigo. Até tanto que, esse que namorava comigo andava ao bacalhau mais um
- 106 irmão... Ele tinha filhas, tinha 2 filhas esse irmão, mas uma era pequenina e vai e a madrinha
- 107 dessa menina, que *apóis* [depois] ele fez com que eu fosse madrinha da tal filha do irmão e já
- 108 tinha os padrinhos tratados, e a madrinha já tinha o enxoval comprado para a tal minha
- 109 afilhada...
- 110 **E.: Sim.**
- 111 **P.:** ... E ele arranhou maneira de eu ser madrinha dessa filha. E... e eu assim: - “Ah, então como
- 112 é?!”. Eu não gostava *apóis* [depois] dele, eu não gostava dele (risos). Não gostava dele e depois
- 113 ele dizia-me assim: - “Aperta-me a mão” E, eu assim: - “O quê?”, – “Aperta-me a mão”...
- 114 Naquele tempo se fizéssemos uma coisa dessas e que se soubesse, já *apóis* [depois] não
- 115 queriam a gente. Não é como agora, agora a vida, ui! Agora eu até estranho.
- 116 **E.: Agora é tudo muito diferente, até demais!**
- 117 **P.:** É demais, é, é demais.
- 118 **E.: Mas e depois, vai-me continuar a contar?**
- 119 **P.:** E eu então deixei-o. O que eu queria era que saísse para fora da porta, fechar-lhe a porta na
- 120 cara a esse tal, fechar-lhe a porta na cara... Vinha outro dia, vinha a fazer a mesma coisa,
- 121 tornava-o a [impercetível], fechava-lhe a porta na cara e andei assim... Já tinha batizado a filha
- 122 (filha do irmão), a sobrinha, mas eu não gostava dele. Chegou-se ao fim ao cabo, que ele foi
- 123 namorar lá com uma perto de Ílhavo. Sabe onde é Ílhavo?
- 124 **E.: Sei, sei.**
- 125 **P.:** Mas também muito boa, muito boa rapariguinha. E eu assim olha, [impercetível] está em
- 126 casa da cachopa, não está na América, e tem filhos... E sabe que fugiu, arranhou *um homem*
- 127 [uma mulher] depois de ter os filhos... Arranhou *um homem* [uma mulher] e eu assim “olha,
- 128 olha, olha o que me calhava, olha o que me calhava”.
- 129 **E.: Mas eu gostava de saber, e então o seu marido?**

P.: E o meu marido, eu depois eu namorava, eles até me diziam assim: - “Eh E., eu gostava de namorar contigo!” (risos).

**E.: Tinha muitos namorados. Era muito concorrida.**

P.: Não sei o que é que me achavam, gostavam muito de mim. E vai eu, pois está claro, o meu irmão e *apóis* [depois] eu namorava com um de cá da vila, e ele vinha comigo de bicicleta, mas depois deixei esse... Vinha comigo com a bicicleta à mão e chegava a casa... O que casou comigo dizia a um vizinho para lhe furar a bicicleta, ia todos os dias com a bicicleta furada, ia a pé (risos) ... Dá para rir, não dá?

**E.: Pois dá. A Dona E. ia de bicicleta e ele...**

P.: Não, eu vinha a pé, ele é que trazia a bicicleta à mão para depois ir embora. Levava a bicicleta furada.

**E.: E depois?**

P.: E depois ele tornava a vir, faziam-lhe a mesma coisa, tornava a vir e faziam-lhe a mesma coisa e ele coitado... Até quando o meu irmão morreu eles andavam a [impercetível], assim, como os nossos daqui para as terras, e ele era da *Calvilha* [?] e eu sei quando ele morreu, porque ele morreu eram 6h da manhã... Eu estranhei, e *apóis* [depois] foram dizer aos meus pais, olhe o J., ele era J., está muito mal... E num instante para o outro o rapaz (irmão) morreu. Morreu, e já não nos falámos então há muito, e a mulher a ralhar *pelo* [com o] filho por causa de namorar comigo, e *apóis* [depois] foi ela (mãe do marido) a primeira a chegar lá, quando ele (irmão) morreu, a casa. Foi a primeira... E eu: - “Então, andavas a ralhar com o teu filho (mãe do marido)?”.

**E.: E depois? Eu queria saber nessa história toda, quando é que vai surgir o homem que casou.**

P.: Diga?

**E.: E homem que casou, onde é que ele anda?**

P.: Pois, o homem que casou comigo.

**E.: Andavam zangados, não era?**

P.: É que andava, mas *apóis* [depois] ele namorava com uma cachopa encostada a mim, a mim.

**E.: Morava lá ao seu lado?**

P.: Lá perto de mim e da casa dele, e vai a mãe e o pai, ele vem-me dizer. Mas ele (marido) andou atrás de mim muito tempo, que eu assim: - “Mas *atão* [então] a tua mãe ralhava comigo, contigo por causa de ires, irmos, não gostava de mim e *atão* [então] agora andas-me a chatear? Não, não é assim!”. E o outro *teve* [tive] de deixar coitado, ele um dia a gente, o

163 capitão dava a missa à gente para irmos ao [impercetível] ... a Nazaré. Não sei se sabe onde é  
164 ou não.

165 **E.: Sim.**

166 **P.:** E ele dava a missa ao domingo para a gente... *Apóis* [Depois] *ir* [íamos] trabalhar e  
167 pagávamo-nos à mesma (apesar) de irmos *começarmos* [começar] mais tarde (a trabalhar). Ele  
168 (marido) vai e um dia, saía da missa, assim *asfugutado* [afugentado] e *apóis* [depois] (à) noite  
169 eu perguntei-lhe: - “*Atão* [Então] saíste depois da missa então porquê?”, - “Era para te ir  
170 mostrar os meus pais” (marido) ... “Ah, eu sou de *oiro* [valiosa]!”, pensar para mim, “Eu sou de  
171 *oiro* [valiosa] ” (risos) ... E *atão* [então] *apóis* [depois] a mãe dele (marido) ... A mãe dele foi a  
172 primeira que lá apareceu na casa dos meus pais (quando faleceu o irmão), e eu assim: - “*Atão*  
173 [Então], não falavas e agora já vens aqui?”. “És a primeira a vir para aqui”, eu a pensar para  
174 mim. E onde ele namorava, perto de mim acho que a mãe dela e ela, acho que *era* [eram] as  
175 duas a namorá-lo. Eu depois disse: - “Ah agora sempre vais namorar com ela?”. Porque as  
176 terras é a meio, pois era uma terra aqui dele e era a minha aqui, sabe? “Eles são só dois e tu  
177 também és só dois, agora é que sempre vais”. Olhe, você acredita que eu casei com ele e tinha  
178 tanta saúde, e que *apóis* [depois] não tinha nenhuma.

179 **E.: Mas casou por amor?**

180 **P.:** Ele depois andou muito tempo atrás de mim. Faz de conta que foi o primeiro, está a  
181 entender?

182 **E.: Eu sei, eu estou a perceber. Mas foi um casamento por amor?**

183 **P.:** Foi, foi. Mas ele sacudia-os de lá todos, sacudia-os de lá todos.

184 **E.: Era ciúmes.**

185 **P.:** Pois era ciúmes, eu não sei o que é o que eu tinha. Ainda um que ainda é vivo, mas agora  
186 coitado que não tem juizinho também.

187 **E.: E como é que era a ligação que tinha com o seu marido?**

188 **P.:** Como?

189 **E.: A ligação, como é que se davam um com o outro?**

190 **P.:** *Davam-nos* [dávamo-nos] bem, era.

191 **E.: Ele o que fazia quando já eram casados?**

192 **P.:** Trabalhávamos na terra.

193 **E.: Os dois trabalhavam na terra?**

194 **P.:** Sim, e eu andava na praça.

195 **E.: No peixe?**

- 196 P.: Não, na...
- 197 E.: **Ah, ia para a praça vender?**
- 198 P.: Vender hortaliças, vender isto, vendíamos de tudo o que era assim, vendíamos ali na Costa.
- 199 Sabe onde é a Costa?
- 200 E.: **Sim, sim.**
- 201 P.: Naquele tempo, agora é que é uma cidade, mas naquele tempo não.
- 202 E.: **Ah, ia para lá vender?**
- 203 P.: A gente ia com aquilo carregado na cabeça.
- 204 E.: **Lá com aquelas cestinhas.**
- 205 P.: E pela lama, pela lama, aí! E *apóis* [depois] andei por aí a vender e fazíamos terras de
- 206 hortaliça para vender às *camionetes* [camionetas].
- 207 E.: **E depois lá nasceram os filhos também, não é? O que é que a Dona E. fazia para se**
- 208 **divertir?**
- 209 P.: Eu? Eu ao domingo a minha vida olhe, estávamos ali por casa e *apóis* [depois] tinha que
- 210 arranjar o *carrego* [carga], tinha que arranjar o *carrego* [carga] ao domingo, era todos os dias.
- 211 E.: **Era mais a trabalhar, não havia assim nenhum momento que se distraísse mais.**
- 212 P.: Era. Não, naquele tempo não. Olhe sentávamos lá fora ao pé da estrada ao domingo, mas
- 213 quando chegava a hora tinha que me ir embora.
- 214 E.: **Isso, ainda não era casada, não é?**
- 215 P.: Já era casada.
- 216 E.: **Já era casada? Ah, sentavam-se os dois?**
- 217 P.: Ele não, ele ia passear para onde ele queria.
- 218 E.: **E a Dona E. ficava sentada, a falar com as vizinhas?**
- 219 P.: Com as vizinhas. Naquele tempo era assim.
- 220 E.: **Que bonito. Eu agora gostava que a Dona E., me falasse do que sentiu após a perda do**
- 221 **seu marido.**
- 222 P.: Fiquei muito triste, uma coisa, porque a gente...
- 223 E.: **O que é que mudou? Por exemplo, a Dona E. cuidava mais da casa, do campo, trabalhava**
- 224 **no campo...**
- 225 P.: Quando ele morreu eu já não trabalhava assim... Pois ele morreu com 82 anos e eu era mais
- 226 nova 2 (anos) do que ele, pois.
- 227 E.: **Então, já não conseguia trabalhar. Então quem é que ficava convosco?**
- 228 P.: Era a minha filha mais nova, não tinha casa.

- 229 **E.: Ela é que cuidava de vocês?**
- 230 **P.:** Eu quando vim para aqui (instituição), eu é que tomava banho sozinha.
- 231 **E.: Mas quando, desculpe interromper Dona E., mas quando estava em casa, depois do seu**
- 232 **marido falecer quem é que a ajudava, era a sua filha?**
- 233 **P.:** Era naquilo que eu precisava, mas eu fazia o meu comerzinho para mim.
- 234 **E.: Ia fazendo as suas coisas, ia fazendo as suas coisas.**
- 235 **P.:** Era.
- 236 **E.: E agora sente um bocadinho mais dificuldades devido aos problemas de saúde, não é?**
- 237 **P.:** Sempre tive, porque eu trabalhei sempre com muitas dores.
- 238 **E.: Sempre foi uma mulher muito lutadora.**
- 239 **P.:** Ainda sou, ainda sou.
- 240 **E.: Apesar dos problemas de saúde...**
- 241 **P.:** Ainda sou.
- 242 **E.: ... que tem.**
- 243 **P.:** Peço muito.
- 244 **E.: Pede muito a Deus?**
- 245 **P.:** A Deus peço.
- 246 **E.: E esses problemas de saúde começaram a piorar ao longo...**
- 247 **P.:** Porque eu aleijei-me.
- 248 **E.: Aleijou-se, o seu marido ainda era vivo?**
- 249 **P.:** Sim, era novo. Era novo.
- 250 **E.: Era novo. Foi depois de casar-se?**
- 251 **P.:** Pois foi, que eu fiquei pior e *apóis* [depois] a vida... Depois aleijava-me e não ia aos médicos
- 252 nem nada e por aí comecei, que agora tenho muito sofrimento... Eu faço, eu andei na *terapia*
- 253 [fisioterapia] quando foi da perna, andei na *terapia* [fisioterapia] 3 meses e a *terapia*
- 254 [fisioterapia] como lá faziam... Eu ando a ver porque eu não me atrevia, por exemplo estar
- 255 deitada e a botar esta perna para cima daquela, nem esta para cima desta... E agora já faço, já.
- 256 Tenho muito, é preciso.
- 257 **E.: Muita força.**
- 258 **P.:** É preciso que você tenha muita força, pense em Deus, Deus e Jesus. Jesus é maravilhoso!
- 259 **E.: Sem dúvida.**
- 260 **P.:** Jesus é maravilhoso, é o que eu digo à minha neta e ao meu neto. Ai, rezo muito por eles.
- 261 Tenho muitos netinhos e rezo por todos, mas para que eles tenham força. Eu peço força, peço

262 à Nossa Senhora, “Nossa Senhora pede a Deus por mim, estou sempre à tua espera, das vossas  
263 ajudas e pelo positivo, que me ajudes, que me dês muita coragem, muita força, muita fé,  
264 muita esperança em Deus e Jesus” e na Nossa Senhora e no Divino Espírito Santo, para que me  
265 deem muita coragem e dão. Eles dão muita coragem.

266 **E.: Graças a Deus, não é Dona E.?**

267 **P.:** Diga?

268 **E.: Graças a Deus.**

269 **P.:** Dão-me muita coragem, farto-me de dizer à minha neta: - “Eh filha tem fé em Deus amiga e  
270 na Nossa Senhora, que ela reza por ti para que te dê muita coragem, muita fé, muita  
271 esperança em Deus, porque Deus está no Reino dos Céus”.

272 **E.: Oh Dona E. ...**

273 **P.:** Você está a escrever para aprender?

274 **E.: Diga?**

275 **P.:** É para aprender?

276 **E.: Eu sou muito católica.**

277 **P.:** É?

278 **E.: Sou.**

279 **P.:** Eu gosto muito.

280 **E.: Sou muito.**

281 **P.:** E rezo muitos terços.

282 **E.: Eu sou muito, depois de nós acabarmos conto-lhe algumas coisas, mas eu sou muito**  
283 **católica também. Então houve coisas que mudaram, por exemplo a Dona E. a nível**  
284 **económico, vivia numa casinha pobre, não era?**

285 **P.:** A gente pois, naquele tempo não havia...

286 **E.: Não havia muito...**

287 **P.:** ... Não, não. A gente trabalhava na *lavoeira* [lavoira].

288 **E.: Mas quando...**

289 **P.:** Mas tinha anos que a *lavoeira* [lavoira] não dava.

290 **E.: Oh Dona E., mas quando o seu marido faleceu como é que conseguia sustentar-se? Tinha**  
291 **ajuda da segurança social?**

292 **P.:** Não, não tínhamos nada.

293 **E.: Então como é que...? Como é que tinham dinheiro para comprar comida, para pagar...**

294 **P.:** O dinheiro, a gente já recebia qualquer coisa, mas era pouco.

295 **E.: E sobreviviam com o que recebiam?**

296 **P.:** Era, era.

297 **E.: E sobreviviam.**

298 **P.:** A gente não comprava assim frutas, a gente... Sabe o que era o meu comer quando eu me  
299 casei?

300 **E.: Porque também tinham no campo muita coisa.**

301 **P.:** Tínhamos tudo.

302 **E.: Só que eu estou a falar mais quando o seu marido já não estava cá.**

303 **P.:** Pois, era sempre a mesma coisa.

304 **E.: Era.**

305 **P.:** Era sempre.

306 **E.: E o que é que mudou mais na sua vida desde a perda do seu marido?**

307 **P.:** É a perda do meu marido e a minha filhinha, tenho muita pena dela.

308 **E.: Tem pena dela.**

309 **P.:** Porque ela andou tolinha.

310 **E.: É triste, é triste.**

311 **P.:** Ela (filha com problemas) um dia, um dia faltou de casa (lágrimas).

312 **E.: Ela mora sozinha em casa?**

313 **P.:** Ela não quer vir para aqui (instituição), e ela tem muita doença.

314 **E.: E ela mora sozinha? Mora sozinha?**

315 **P.:** A minha neta vai lá e *atão* [então] a, eu, não sei o que estava a dizer, às vezes passa-me.

316 **E.: Deixe estar, deixe estar.**

317 **P.:** Tenho muita pena dela, porque ela andou tolinha e *apóis* [depois] um dia o presidente  
318 daqui, você conhece-o?

319 **E.: Já conheci**

320 **P.:** Conhece-o?

321 **E.: Já, já conheci.**

322 **P.:** É o meu sobrinho. Eu um dia disse-lhe assim para ele quando ela (filha com problemas)  
323 faltou, eu e a minha filha mais nova, porque a outra (filha) estava na França e dissemos: - "Eh  
324 A., a minha M. não aparece, andamos fartinhas de a procurar e ela não aparece". E ele vai, ela  
325 tinha muito a coisa para ir ao cemitério sabe? Tinha muita queda para ir para o cemitério. E vai  
326 e disse para ele: - "Eh homem, eu não sei dela, oh homem, não sei como vai ser e ela não  
327 aparece!"... E ele vai e disse assim, foi mais a gente até lá em cima e disse-me assim e para a



328 minha filha: - “Ficai aí, vocês ficai aí que eu vou ali à estrada”, a estrada, (a) floresta, o  
329 cemitério é perto de lá. Ela é que tinha muita a queda de ir para lá.

330 **E.: E então lá.**

331 **P.:** Ele foi procurá-la à estrada e ela estava de barriga ao ar, com os braços abertos no meio da  
332 estrada.

333 **E.: É complicado.**

334 **P.:** Eu tenho muita pena da minha filha (chora).

335 **E.: Mas há-de correr tudo bem, há-de correr tudo bem.**

336 **P.:** Eu tenho muita pena dela (chora).

337 **E.: Há-de correr tudo bem Dona E. Oh Dona E., não vamos falar mais disso. A Dona E. sempre**  
338 **teve amigos?**

339 **P.:** Graças a Deus eu tinha amigos porque não sei que, tinha amigos que até comíamos bem,  
340 vinham comer a minha casa e eu ia comer (a casa) *aos* [dos] amigos.

341 **E.: Depois do seu marido falecer eles, os seus amigos, ajudaram-na?**

342 **P.:** Não, falávamos, éramos amigos.

343 **E.: Falavam consigo?**

344 **P.:** Falavam sim, e iam lá a casa e tudo, era.

345 **E.: O que é que a Dona E. fez para que essa dor, de já não ter o seu marido, começasse a**  
346 **diminuir?**

347 **P.:** A gente lembra-se sempre.

348 **E.: Mas o que é que fez para não chorar tanto, para não ficar tão triste? O que é que fez?**

349 **P.:** Eu não fiz nada, olhe vou andando assim, sempre.

350 **E.: Não fez nada... Não pensou, não vou ficar fechada em casa, vou trabalhar para o campo a**  
351 **ver se me distraio?**

352 **P.:** Eu já não me atrevia a fazer... Já não me atrevia.

353 **E.: Mas então nunca entrou numa tristeza muito... Então para...**

354 **P.:** Tinha os netinhos, sabe tinha os netinhos.

355 **E.: Ah, distraia-se com os seus netinhos?**

356 **P.:** Era, com os netinhos.

357 **E.: Era uma grande alegria.**

358 **P.:** Era, era com os netinhos, os 2. Os outros estão na França, todos, pois é.

359 **E.: E agora já não os vê há muito tempo?**

- 360 **P.:** Não, o filho da minha filha veio agora na terça-feira cá, mais a mulher e os 2 meninos,  
361 vieram cá.
- 362 **E.:** Então, era uma alegria quando os tinha lá (em casa)?
- 363 **P.:** Era, eles vieram aqui.
- 364 **E.:** Era uma grande alegria quando os tinha lá por casa.
- 365 **P.:** E a filha, acho que vai fazer 1 ano ou é 2 agora para julho, a filha dela.
- 366 **E.:** Que formas... E no seu dia a dia que formas é que a Dona E., já tinha uma idade, já tinha  
367 problemas de saúde, depois do seu marido falecer o que é que começou a fazer no seu dia a  
368 dia?
- 369 **P.:** Eu se não fizesse nada, estava sempre com aquela ideia nele, não era?
- 370 **E.:** Então o que fez?
- 371 **P.:** Era em casa. Os meninos iam à escola e eu fui levá-los até poder. A A. fui levá-la até à idade  
372 de 7 anos, já não me atrevia mais a caminhar... E o outro parece que era mais medroso ou, não  
373 sei fui levá-lo até aos 9 (anos), que ele é mais velho do que ela 7 anos e fui levá-lo até aos 9  
374 anos, a ele.
- 375 **E.:** E fazia de comer para eles?
- 376 **P.:** Fazia, fazia, levava-os para a terra.
- 377 **E.:** Era assim então, que ocupava mais o seu tempo.
- 378 **P.:** Era.
- 379 **E.:** E fazia com que não tivesse a pensar.
- 380 **P.:** Tanto, sim era. Eles também falavam neles.
- 381 **E.:** As suas principais ajudas então.
- 382 **P.:** Ajuda era pouco.
- 383 **E.:** As principais ajudas foi a sua...
- 384 **P.:** A minha filhinha.
- 385 **E.:** A sua filhinha foi a sua principal ajuda.
- 386 **P.:** É, é, é, e eu lembro-me sempre dela.
- 387 **E.:** E agora aqui na instituição.
- 388 **P.:** Diga?
- 389 **E.:** Aqui no lar, agora também tem ajuda destas pessoas, não é?
- 390 **P.:** Tenho, mas a minha diferença maior, agora que depois que fiquei *melhor* [pior] é que (não)  
391 me atrevo a vestir as *calçinhas* [cuecas].
- 392 **E.:** Já veste? Já começa a vestir as calças?

- 393 P.: Ainda não as visto e as meias... Não me atrevo ainda.
- 394 E.: **Pronto, pronto.**
- 395 P.: Não me atrevo a mochar [separar] daqui.
- 396 E.: **E sendo preciso, e sendo preciso ajuda, é preciso ajuda...**
- 397 P.: Pois é, tenho de beber a minha aguinha, tenho que beber 1,5 litros e meio de água por dia.
- 398 E.: **Beba, beba, eu também ando sempre com uma garrafinha de água.**
- 399 P.: Pois.
- 400 E.: **O que é que Dona E. gosta mais de fazer? Depois de ter perdido o seu marido o que é que**
- 401 **gosta mais de fazer?**
- 402 P.: Aqui (na instituição), olhe, estou a ouvir os outros, se me apetecer falar, falo, senão me
- 403 apetecer, não falo. Se ela (filha com problemas) aqui vier eu falo com ela e ela fala comigo.
- 404 E.: **Com a sua filha?**
- 405 P.: Sim.
- 406 E.: **E depois do seu marido falecer gostava muito de estar com...**
- 407 (“[impercetível] da minha água”, – “Eu tenho ali, obrigada”)
- 408 E.: **Tinha a sua filha, tinha os seus netinhos, também gostava muito de estar com eles.**
- 409 P.: Gosto muito. Vamos lá ver agora, se ele (neto) vem cá.
- 410 E.: **Eles estão na França, então?**
- 411 P.: Não, o meu neto, o tal.
- 412 E.: **Só que eles já estão todos crescidos.**
- 413 P.: O meu neto da mais nova, está na América, e a gente como não *o via* [o vê], há tanto
- 414 tempo.
- 415 E.: **Mas e aqueles que a Dona E. levava à escola?**
- 416 P.: Ele está na América, é esse.
- 417 E.: **Ui, então quantos anos ele já tem?**
- 418 P.: Há 8, vai fazer para abril, que ele lá está.
- 419 E.: **Já tem uma idade?**
- 420 P.: Tem 28 anos, vai fazê-los dia 14 de julho, 28 anos, dia 14 de julho.
- 421 E.: **Então mas como é que a Dona E. depois do seu marido morrer, a Dona E. tinha-me dito**
- 422 **que levava os seus...**
- 423 P.: Os netinhos.
- 424 E.: **... À escola.**
- 425 P.: Pois levava, e ia-os buscar.

- 426 **E.: E que netinhos eram esses?**
- 427 **P.:** Era então a A. e a ele, os outros (netos) estão na França, nasceram na França todos.
- 428 **E.: Ah, mas então não pode ter tantos anos, 28 anos?**
- 429 **P.:** O meu P. vai fazer 28 anos.
- 430 **E.: Não são bisnetos? Não são bisnetos?**
- 431 **P.:** Não, é neto.
- 432 **E.: E o que é que gosta menos de fazer depois da perda?**
- 433 **P.:** Eu, olhe não sei.
- 434 **E.: Vai passando assim, não é?**
- 435 **P.:** Vou passando assim os meus dias, mais a minha filha (filha com problemas). A outra (filha)
- 436 só cá pode vir de 8 em 8 dias, que ela trabalha então para o meu sobrinho, que ele tem uma...
- 437 **E.: Uma sapataria, não é?**
- 438 **P.:** Não.
- 439 **E.: Ai não é essa que trabalha na sapataria?**
- 440 **P.:** A sapataria é a A., a irmã dele (neto).
- 441 **E.: Ah, a neta.**
- 442 **P.:** É mais nova, 7 anos do que ele.
- 443 **E.: Pronto Dona E., se me quiser dizer mais alguma coisa. Eu agradeço de ter falado aqui um**
- 444 **bocadinho comigo.**

**ID 7**

1 **E.: A Dona A. neste momento sente-se em luto? Quando, eu pergunto se sente-se em luto, é**  
2 **se a Dona A. sente ainda dor, tristeza, falta do seu marido...**

3 **P.:** Sinto minha filha, sinto.

4 **E.: Sente?**

5 **P.:** Sinto, porque é uma dor que não passa mais, é uma ferida que não tem mais cura. Para  
6 quem tem realmente amor aos maridos é uma dor! Nem nunca, há pessoas que voltam a  
7 casar, não quer dizer, pronto, que não precisem de uma companhia, tudo muito bem, mas eu  
8 não voltava a casar para dar outro, para meter outro companheiro não *meti* [metia], porque se  
9 Deus quisesse, se eu estivesse casada levava-me com ele. É aquele, pronto, um amor à moda  
10 antiga.

11 **E.: É o amor da nossa vida.**

12 **P.:** Foi o primeiro e o único.

13 **E.: Primeiro e o único.**

14 **P.:** Foi o primeiro e o único, minha querida.

15 **E.: Eu gostaria que agora a Dona A. me falasse um pouco acerca de si, gostava que me falasse**  
16 **da sua vida, das suas origens, do que é que fazia quando era mais nova, dos seus pais.**

17 **P.:** Oh minha filha! Os meus pais, o meu pai era marnoto, trabalhava nas marinhas de sal, a  
18 minha mãe vendia peixe na praça, e eu fui muito novinha para a costura. Antigamente, íamos  
19 novinhas para a costura. Novinhas, tínhamos de fazer recados, íamos buscar, pronto!

20 **E.: E o que é que fazia na costura?**

21 **P.:** Olhe, não havia máquinas de [impercetível], aprendemos a [impercetível], aprendíamos a  
22 pregar botões, a coser bainhas, a fazer certas coisinhas. Depois, quando era preciso botões ou  
23 *mostras* [amostras] de forros para casacos íamos buscar às lojas, para as comerciais verem, e  
24 depois íamos buscar a porção que elas queriam e pronto, era assim no princípio. Depois  
25 comecei a ser maior... comecei a apanhar confiança, cheguei a pôr [impercetível] compridinho.  
26 Casei-me de lá, casei de lá dessa casa, onde o meu marido trabalhava como marceneiro. Tive  
27 de lá o meu filho. Só depois de ter o meu filho é que tive que vir embora, porque não tinha  
28 ninguém que o criasse e a minha mãe para sair da praça não! Naquele tempo não havia amas,  
29 nem havia infantários, saí de lá para tratar do meu filho.

30 **E.: Então foi para casa. E tem irmãos?**

31 **P.:** Não, sou filha única.

32 **E.: É filha única.**

33 **P.:** Sou filha única.

34 **E.: E como é que conheceu o seu marido?**

35 **P.:** Olhe minha filha, nós fomos, antigamente haviam os Galitos, não sei se sabe ou não, a  
36 senhora Doutora, aquilo não era assim, era, quer-se dizer era a estrada mais estreitinha, e  
37 havia ali o clube dos Galitos e havia depois lá em baixo, onde está a Caixa Geral de Depósitos,  
38 mas havia mais casas ali no meio... E depois havia um dia, um baile de uma rapaziada que foi  
39 para a inspeção da tropa. E eu fui à noite mais uma senhora e a mãe das pequenas, minhas  
40 companheiras da escola, da costura, porque a minha mãe não me deixava ir sozinha de noite  
41 para os bailes, Deus me livre! E ele (marido) apareceu-nos. Apareceu-nos assim todo  
42 engravatadinho, todo arranjadinho e como ele conhecia a mãe da pequena, veio ter com a  
43 gente. Ela disse: - “Eh M., vieste para aqui?”, - “Olha, vim dar uma volta, aqui ver isto”, e não  
44 saía dali... Eu assim, “ai estás aqui depois ela vem-me buscar”... Bem, a música começou a  
45 tocar ele (marido) chamou-me, e eu fui claro. Daí pegou, daí pegou, veio com a gente embora,  
46 me trazer a casa. Depois começou, ia-me buscar à costura à tarde, acabava a costura e estava  
47 ali à minha espera... Era ali, sabe onde é a praça 14 de julho?

48 **E.: Não, não conheço.**

49 **P.:** Não sabe, não é de cá?

50 **E.: Não, não.**

51 **P.:** Era ali que ele me ia buscar. Os nossos namorados estavam todos encostados à farmácia.

52 **E.: Ah, eles esperavam lá por vós!**

53 **P.:** Esperavam-nos e veio, veio, veio. Ele era muito tímido, é [era] muito tímido, para lhe tirar  
54 uma fala era preciso um saca-rolhas.

55 **E.: Sim.**

56 **P.:** Eu continuava, assim, “que raio, estou aqui a empatar tempo ele não fala, então como é?”,  
57 eu era assim, mais descarada, mais atrevida. Eu assim: - “Então afinal de contas o que é que eu  
58 ando aqui a fazer? Você não resolve o que quer, e eu não sei o que você quer, você é que  
59 anda”, - “Eu tinha vontade de namorar consigo, mas é para já tratarmos-mos por tu”, - “Está  
60 bem, se assim é, tudo bem, mas respeitinho tudo bem, mas...”. E para frente continuou, não ia  
61 namorar ainda para a porta, porque o meu pai não deixava e a minha mãe vinha...  
62 Namorávamos cá fora um bocadinho antes [impercetível], quando passava da costura. Estava  
63 ali, um bocadinho à beira da capela de São Gonçalinho. Vinha-me embora para casa. Pronto,  
64 ao outro dia.

65 **E.: Lá estavam.**

P.: Depois [impercetível] pediu-me para namorar à porta, e eu pedi à minha mãe, ao meu pai não, porque eu já sabia que ele não deixava. E *ele* [ela] disse: - “Tem juizinho, namoras à porta sim senhora, mas é preciso muito juizinho, às tantas horas quero-te dentro de casa!”. Mas isto já passado já um tempo, mas meteu-se nesse dia. Comecei a namorar à porta, aí quando *eram*-*mos* [eram] 10h (noite), a minha mãe ficava na cozinha à minha espera, não se ia deitar. O meu pai ia na mesma. E começava a minha mãe a tossir (tosse que a mãe fazia)...

**E.: Era a chamar.**

P.: ...“Olha (marido) a tua mãe tens de comprar um pacote de rebuçados para dar à tua mãe, que está com tosse”. Eu assim: - “Eu já sei a tosse dela, é para me chamar, para eu ir lá para dentro”. Pronto, ia-se embora e assim continuou a vida até o [ao] dia.

**E.: E como...**

P.: Foi para o ultramar, ah eu conheci-o depois do ultramar, que ele foi para o ultramar, andou na guerra lá no ultramar.

**E.: Mas ele foi para o ultramar e depois é que se conheceram?**

P.: E depois é que nos conhecemos, exatamente.

**E.: E como é que foi durante a vida de casal, como é que foi? Como é que foi a vossa vida como casal?**

P.: Muito amigos minha filha, (mas) “não há casa governada sem ser ralhada”.

**E.: Sim, é verdade.**

P.: Pronto. Tínhamos as nossas coisas, pronto. Mas ele é das pessoas que depositava tudo em mim, na minha confiança. Ele, o dinheiro que ganhava dava-me na minha mão para eu manter, governar a minha vida da casa, e nunca desconfiou de mim coisa nenhuma, e nunca tivemos a mais pequenina coisa a respeito de dinheiro. Só unicamente, uma vez que tínhamos um dinheirito de parte, foi numa altura que, a menina já não se lembra, do Vasco Gonçalves dar uns reinos ativos aos da tropa, os que andaram no ultramar, e nós fizemos de conta que não tínhamos aquele dinheirinho e pusemo-los a render. Como as minhas filhas, uma que levou e a outra [impercetível], quer dizer porque eu tive duas filhas uma atrás da outra, uma num ano e outra no outro. Têm diferença de 1 ano e 14 dias uma da outra. Ora bem, como levou uma num ano e como levou a outra no outro, mas ele (marido) deu a entender, que o que fez a uma não tinha que fazer à outra, eu dizia: - “Sim senhora, porque elas saíram as duas do mesmo sítio”. Eu assim: - “Olha A. paciência, sabes se fez à S., também se faz à M.”.

**E.: Exato.**

98 P.: E a minha mãe: - “Oh mulher, tu tens a faca e o queijo na mão, levanta o dinheiro, faz o  
99 jantar à menina e pronto, acabou!”. Comprei o que era preciso, fiz o jantar, convidei as  
100 pessoas, comeram, beberam... A A., cozinheira, perguntou-me: - “Você aprontou isto?”. E tudo  
101 se passou, mas ralhei com ele!

102 **E.: O seu marido, o que é que fazia quando eram casados?**

103 P.: Quando já éramos casados, ao princípio também era marmoto (trabalhava nas salinas)  
104 também, marmoto. De verão andava nas salinas.

105 **E.: Sim.**

106 P.: E de inverno ia para a Gafanha acarretar [carregar] os navios. Os barcos que vinham, os  
107 navios que...

108 **E.: Exato os que...**

109 P.: ... Vinham de bacalhau, para *acarretar* [carregar] aquelas *rajas* [caixas] todas dos navios. E  
110 ele trabalhava lá.

111 **E.: E a Dona A. ainda continuava na costura ou ficava...**

112 P.: Eu fiquei em casa...

113 **E.: Ficava em casa a cuidar...**

114 P.: A cuidar das minhas filhas.

115 **E.: Ah, tinha de cuidar das suas filhas...**

116 P.: Pois, então quem é que ficava a cuidar das minhas filhas? A minha mãe estava na praça a  
117 vender peixe. E eu, não ia obrigar a minha mãe a estar em casa por causa de mim.

118 **E.: Claro.**

119 P.: Fiquei em casa, a tomar conta das minhas filhas. Não pagava contas de casa, tinha a minha  
120 casa.

121 **E.: Depois as filhas lá construíram a vida delas, não é?**

122 P.: Casaram.

123 **E.: Casaram... E como é que depois aconteceu... A perda do seu marido?**

124 P.: Como é que aconteceu filha? Oh, mas ele era muito miudinho na doença dele. Ele ia fazer  
125 análises, que ele era diabético. Ele ia fazer análises muitas vezes, que ele pedia à médica para  
126 as passar. E, um dia chegou-me a casa vai assim, atirou a carta para cima da mesa e vai assim: -  
127 “Já estou queimado” E, eu assim: - “O que foi M.?”, - “A médica disse para eu ir o mais  
128 depressa melhor, mostrar (a) essa médica analista [profissional de análises clínicas],  
129 [impercetível] à médica”. Eu, os meus cabelos puxaram-se assim, todos em pé. E no outro dia  
130 fomos, e a médica disse: - “Oh Senhor M. isto está aqui uma coisa, os seus valores dos diabetes



131 subiram disparados e não sei como isto está, onde isto vai”. Eu depois já tinha andado no IPO  
132 minha querida, já sabia que terra calcava.

133 **E.: Pois, já sabia como é que era.**

134 **P.:** E eu: - “Senhora Doutora seja franca, se é para o marido andar aqui no hospital enganado,  
135 não. Eu prefiro marcar uma consulta e vou para o IPO com o meu marido, que eu lá sei a terra  
136 que calco”.

137 **E.: Exato... Exato.**

138 **P.:** E ela disse: - “Eu não quis dizer isso Dona A., mas é melhor”. Pronto minha querida, daí para  
139 a frente ele foi à primeira consulta, à segunda e à terceira, mas não quiseram operar, porque  
140 ele ainda não tomava os comprimidos para ter os [impercetível] de sangue. Que eu também os  
141 tomo. É o *pepilogramme* [?]. Também o tomo.

142 **E.: E foi tudo... tudo muito rápido.**

143 **P.:** E então os médicos... Tivemos ordem para (o) ir buscar, não operaram e a minha filha, para  
144 não ir sozinha foi na ambulância mais o meu filho e a minha filha, e ela não se quis ir embora  
145 sem perguntar ao médico como é que levava o pai. E o médico respondeu: - “Minha senhora  
146 da maneira que o seu pai está não nos *habituamos* [atrevemos] a tocar-lhe, porque o seu pai  
147 tem o fígado, e o pâncreas, e tudo está contaminado”.

148 **E.: Já era...**

149 **P.:** Pronto. Perguntaram se eles, se nós queríamos que ele ficasse nos cuidados paliativos. E eu  
150 disse com muita força: - “Não minha senhora, se é para a vida do meu marido concordo, mas  
151 para não dar e ele não estar na nossa casa, morre na nossa casa”.

152 **E.: Com qualidade, com mais qualidade de vida.**

153 **P.:** Mas foi aquilo em 3 meses minha filha, aquilo foi uma fogueira, “ardeu como um fardo de  
154 palha” (morreu muito rápido).

155 **E.: Foi assim tudo tão repentino.**

156 **P.:** Muito.

157 **E.: Tudo tão repentino.**

158 **P.:** E era um homem que não ia para festas, nem para bebedeiras, nem para *patuscadas*  
159 [festejos] nada. Não saía daquele regime, comia a maçãzinha de manhã, comia a malguinha da  
160 sopa de manhã com o leite, ia fazer exercício, que ele caminhava muito naquela... no pedonal  
161 lá em baixo, ao pé da ria.

162 **E.: Sim, sim.**

163 **P.:** Ia da ponte até lá baixo à fábrica. Ele corria aquilo tudo e sem se cansar.

164 **E.: Era um homem que tinha...**

165 **P.:** Ele tinha um coração.

166 **E.: ... Tinha uma vida saudável, ativa.**

167 **P.:** Muito, muito. E comia a maçãzinha, vinha a maçãzinha da reineta [maças cultivadas na  
168 França], comia a maçã, uma bolachinha de água e sal, como ele era diabético. Comíamos ao  
169 meio-dia a primeira *graças* [graça] de Deus, ele lanchava, lanchava lá o lanchezinho, ia dar uma  
170 voltinha... Vinha, comíamos à noite e deitávamo-nos na paz do Senhor, não havia ali ninguém,  
171 ninguém nos ouvia. Ninguém nos ouvia, era uma santidade minha filha.

172 **E.: São coisas que acontecem...**

173 **P.:** Tenho muitas saudades desse tempo.

174 **E.: Depois, eu agora gostava que a Dona A. me falasse um bocadinho do que sentiu após a**  
175 **perda do seu marido, na sua família... A sua família, sempre teve o apoio da sua família?**

176 **P.:** Olhe minha filha, nós temos mais apoio das pessoas de fora do que da família. Que a  
177 família...

178 **E.: Foi mais dos amigos?**

179 **P.:** É.

180 **E.: Teve mais apoio dos amigos?**

181 **P.:** É. Tive pouco apoio, tive muito pouco apoio.

182 **E.: O que é que mudou na sua vida após a perda do seu marido?**

183 **P.:** Tudo. Tudo, tudo minha filha, tudo.

184 **E.: Como as atividades que fazia? Passou a... A Dona A. teve que começar...**

185 **P.:** A fazer por fazer, não porque não tivesse vontade de fazer nada.

186 **E.: ... As suas atividades normais e depois as atividades que ele fazia.**

187 **P.:** É verdade.

188 **E.: A Dona A. tinha que assumir aquelas atividades.**

189 **P.:** É sim senhora, porque eu, toda a vida fui mãe e pai dos meus filhos. Que ele ia trabalhar, eu  
190 é que era cuidadora deles.

191 **E.: E depois passou...**

192 **P.:** Eu tinha de ir às escolas saber isto e aquilo, pronto eu tinha tudo nas minhas mãos. Eu era o  
193 pai e mãe deles. Eu tinha que saber tudo, eu tinha que resolver a vida toda.

194 **E.: Exato e depois confrontou-se...**

195 **P.:** Mas depois senti tanto.

196 **E.: Com, pronto, com a perda...**

- 197 P.: Com a perda dele, senti muita falta minha filha, muito, muito, muito, muito, muito.
- 198 E.: **Mudou muita coisa, muita coisa?**
- 199 P.: Dentro de mim mudou muito.
- 200 E.: **Sentiu-se mais... E...**
- 201 P.: Agora o tempo vai passando, quer dizer não passa, esta ferida não passa.
- 202 E.: **Não passa.**
- 203 P.: Isto aqui não passa, mas...
- 204 E.: **Mas o tempo vai ajudando.**
- 205 P.: ... Vai ajudando a cicatrizar.
- 206 E.: **Vai ajudando. E relativamente, relativamente à saúde, à sua saúde. A sua saúde foi**
- 207 **piorando? Com a perda ela piorou?**
- 208 P.: Não minha filha. Quer-se saber que nem melhorou, nem piorou. Sabe que esta doença, eu
- 209 já era assim, antes de ele ser, antes de ele morrer, não é? Depois... pronto.
- 210 E.: **Já ficou a andar de cadeira de rodas?**
- 211 P.: Não, não. Não, a cadeira de rodas foi daqui (instituição), que é (para) andar mais depressa.
- 212 E.: **Ah, pois.**
- 213 P.: [impercetível] Andava a pé, eu levava a minha vida, não havia problema. Eu levava a minha
- 214 vida na minha casa, metia a minha roupa a lavar na máquina, passava a ferro, limpava a minha
- 215 casa, governava tudo, não havia problemas.
- 216 E.: **Mas depois de ele falecer?**
- 217 P.: Tenho que fazer.
- 218 E.: **Continuava, fazia?**
- 219 P.: Ele fazia-me muitas coisas. Fazia-me a cama, lavava-me e varria-me o chão, punha-me a
- 220 roupa a secar. Desta vez [impercetível] ... E eu senti muito essas faltas, muito, muito.
- 221 E.: **E sente essa falta?**
- 222 P.: Muito.
- 223 E.: **O que fez ou que faz para superar a dor?**
- 224 P.: Rezo. Rezo muito *por* [pela] alma dele, e dos meus pais.
- 225 E.: **É o principal.**
- 226 P.: Rezo minha filha, rezo. Todos os dias rezo o terço de manhã, antes de vir para aqui. Rezo o
- 227 terço, não posso ir à missa, mas rezo um terço por alma dele.
- 228 E.: **E isso ajuda, alivia?**
- 229 P.: Fico bem.

230 **E.: Fica bem por dentro. Que estratégias adotou para viver o dia a dia? Após a perda do seu**  
231 **marido, para conseguir lidar com o seu dia a dia, continuar a fazer o quotidiano, como é que**  
232 **conseguiu?**

233 **P.:** Eu tinha que o fazer minha filha. Não podia parar. Parar é morrer. Eu tinha que andar para a  
234 frente.

235 **E.: E como é que, por exemplo que formas para se distrair, formas de se distrair?**

236 **P.:** Num, eu era uma pessoa que não ia muito para a rua conversar com ninguém. Nem ia para  
237 os cafés, não ia para banda nenhuma.

238 **E.: Cuidava mais das suas coisas... mais...**

239 **P.:** Arrumava a vida da minha casa, fazia a [impercetível] com a minha mãe, fazia as coisinhas  
240 com a minha mãe, enquanto a minha mãe foi viva. Nunca fui pessoa de andar em cafés, e de  
241 andar na rua de um lado para o outro, a conversar com esta e com aquela.

242 **E.: Então, desde...**

243 **P.:** Nem em casa, (nem) em casa de ninguém, não minha filha. Vivi sempre assim o resto da  
244 minha vida, sempre.

245 **E.: Então quando o seu marido faleceu, continuou em casa?**

246 **P.:** Foi. Foi sim...

247 **E.: Fazendo a sua vida.**

248 **P.:** Foi sim. Exatamente minha filha.

249 **E.: E conseguia viver o seu dia a dia?**

250 **P.:** Consequia minha filha, conseguia. Tristemente, mas conseguia.

251 **E.: Mas conseguia. Mas, e não havia nenhuma coisa que gostasse, assim mais... Nessa altura**  
252 **não encontrou nenhuma coisa que gostasse de fazer e que lhe desse mais prazer e mais**  
253 **alegria?**

254 **P.:** Não. Não, minha querida.

255 **E.: Era mais, ia fazendo as suas...**

256 **P.:** Fazia as minhas coisinhas.

257 **E.: Fazia as suas atividades. E agora, neste momento, agora para viver com mais alegria, para**  
258 **viver... Onde é que encontra (uma maior alegria), encontrou aqui o centro de dia, não é?**

259 **P.:** Vim para aqui, pois. Vim para aqui (centro de dia), porque eu em casa não tinha ninguém,  
260 então vim para aqui. A minha segunda casa é aqui.

261 **E.: E foi uma grande ajuda ter vindo para aqui?**

- 262 P.: Foi sim senhor. Porque eu no princípio minha filha, nós estávamos noutro centro que era só  
263 gente *sabia* [sábia], sábia, umas assim, outras menos... Mas a gente ainda todas [impercetível].  
264 E.: **Sim.**
- 265 P.: E quando nos primeiros dias, que eu vim para aqui e vi tanta gentinha aqui, que era lar e  
266 centro *todo* [tudo] junto, olhe que eu chorava. Eu ia para minha casa, eu era assim: - “Oh meu  
267 Deus, como é que eu me vou aguentar (a) ouvir aqueles velhos?”.
- 268 E.: **Então foi...**
- 269 P.: “Como é que eu vou encarar aquilo?”.
- 270 E.: **Desculpe Dona A., foi a Dona A. que optou ir para um centro?**
- 271 P.: Fui, não foi ninguém que me obrigou.
- 272 E.: **O médico lá lhe falou também...**
- 273 P.: Fui eu que quis vir.
- 274 E.: **E a Dona A. tomou essa decisão.**
- 275 P.: E depois comecei, assim, a encarar as coisas, se estão aqui por algum motivo é. Eles estão  
276 na vida deles, e eu vou para aquele canto. Quer dizer, eles estavam naquele lado e eu ia para  
277 acolá. E daí fui-me habituando e pronto, aqui fiquei. E gosto de estar e gosto de estar aqui.
- 278 E.: **E é uma forma, ajuda muito.**
- 279 P.: É. De passar o tempo até às 4 horas (tarde), lanchamos e às 4h30 (tarde) vamos embora  
280 para casa.
- 281 E.: **E o que é que costuma fazer aqui?**
- 282 P.: Fazemos atividades, filha. Por vezes, que as senhoras Doutoradas, a Doutora M. e assim, têm  
283 muita coisa para fazer. Ou andamos lá em baixo a ajudar uma menina que também anda na  
284 escola a pintar umas florezinhas para ela fazer umas molduras e assim. E nós ajudamos.
- 285 E.: **E a Dona A. costuma participar?**
- 286 P.: Participo filha (expressou entusiasmo). Pelo Natal fiz coisas muito lindas, bonequinhos em  
287 filtro.
- 288 E.: **Sim.**
- 289 P.: Muito lindas.
- 290 E.: **E isso são formas de ajudar uma pessoa.**
- 291 P.: Pois. E a gente fica agarrada à vida.
- 292 E.: **Agarrada, exatamente. São formas... Relativamente a apoios mais económicos, a Dona A.**  
293 **teve algum apoio?**
- 294 P.: Não minha filha. De quê? Financeiros?

295 **E.: Por exemplo... Sim financeiros.**

296 **P.: Não.**

297 **E.: Não teve nenhuma ajuda, após o seu marido falecer?**

298 **P.: Não.**

299 **E.: Depois da perda do seu marido, o que é que gosta mais de fazer?**

300 **P.: Oh filhinha, eu gosto de fazer tudo.**

301 **E.: Tem pena de não poder fazer coisas...**

302 **P.:** É, a única pena que me dá é não o ter (marido). Porque, olhe uma ocasião estávamos  
303 sentados os dois no sofá, era um sofá pequenino, que até era da minha sogra que Deus tem,  
304 na minha cozinha, estávamos à frente da televisão e eu puxei-lhe, assim, a mão para o pé de  
305 mim, que ele estava sentado ao pé de mim e eu disse assim: - “Ai M., a gente quando morresse  
306 havíamos de ir os dois juntos, damo-nos tão bem, e depois tu vais ou vou eu e *ficamos* [fica]  
307 um sozinho”, – “Ai não, vai tu primeiro porque depois se *tiveres* [estiveres] bem mandas-me  
308 chamar, e depois já ficamos juntos” (risos breves). Mal diria eu, que iria ele e ficava eu. Por  
309 isso, é divina santidade minha filha, não era marido e mulher, eram 2 irmãos. Éramos 2 irmãos.

310 **E.: Eram um casal muito unido.**

311 **P.:** E para onde ia um ia (o) outro. *Vimos* [Vínhamos] sempre, os dois de manhã pelo lado da  
312 minha amiga, vinha para casa fazer o meu almocinho para mim e para ele, era a vida.

313 **E.: A Dona A. há bocadinho, quando estávamos a conversar, disse que à noite vai, é uma**  
314 **menina que vai lá à sua...**

315 **P.:** É uma pequena que me vai lá dormir, é minha filha.

316 **E.: A Dona A. paga para ela lá ir?**

317 **P.:** Pago. Ainda ontem lhe paguei, no fim do dia, 100 euros e 10 euros para o comer que ela me  
318 traz.

319 **E.: Ela vai lá...**

320 **P.:** Mas isso (é) só agora, porque eu *tive* [estive] muito tempo sem ter ninguém. Agora, é que  
321 me sinto um bocadinho a fraquejar, porque tenho modo de medo de ficar sozinha. E ela vai a  
322 ganhar 12 euros e meio por noite.

323 **E.: Exato. E é uma ajuda grande, não é? E a família acaba por estar um bocadinho mais ao fim**  
324 **de semana, com a família? Com os netos?**

325 **P.:** Não estou não filha. Estou com os meus netinhos, porque o pai e a mãe têm um  
326 minimercado, como lhe disse ao pé da minha casa. Os meninos vêm para minha casa todo o  
327 dia, almoçam lá comigo e pronto.

328 **E.: E isso é uma alegria, é uma distração.**

329 **P.:** O menino tem 14 anos e a menina tem 4 anos, ficam ali. Mas ao domingo fico sozinha  
330 porque eles não me levam para lado nenhum. Nem eu preciso, graças a Deus. Mas não, não  
331 vou para lado nenhum. Estou na minha casa.

332 **E.: Há alguma coisa que goste menos de fazer depois do seu marido falecer? Agora, passados**  
333 **os anos que já passaram?**

334 **P.:** Não vejo (o) que seja minha filha.

335 **E.: É uma pessoa que ainda quer viver.**

336 **P.:** Quero viver. Não quero, não quero. Não deixo de fazer aquilo que fazia, e de gostar de  
337 viver.

338 **E.: Exato. Apesar de em vez em quando sentir ainda a dor.**

339 **P.:** É. Apesar de, de vez em quando ter as minhas tristezas, há dias. Temos os nossos dias, não  
340 é?

341 **E.: Claro que sim.**

342 **P.:** Depois nasce um bocadinho de sol e já a coisa se abana.

343 **E.: Já se abana para cima, exatamente. Olhe Dona A. e acabamos, e acabamos.**

344 **P.:** Gostou? Pronto minha querida.

**ID 8**

1 **E.: Dona M. neste momento sente-se em luto? Sente-se em luto neste momento, sente ainda**  
2 **um vazio no seu coração, sente?**

3 **P.:** Sinto, sinto, sinto, sinto!

4 **E.: Sente dor, tristeza?**

5 **P.:** Tristeza de não o ver... sim, sinto muita tristeza... Sinto muito a falta dele... Muito! Muito!

6 **E.: Ainda sente muito.**

7 **P.:** Aveiro sente toda essa falta, [impercetível] lhe dizer... Aveiro sente muito a falta dele  
8 (marido), que nunca mais teve na rua uma banda de música... que Aveiro perdeu essa alegria.  
9 Aveiro está triste. Pode dizer Aveiro está triste, porque perdeu um grande homem e ele sabe  
10 perfeitamente, Aveiro está triste, muito triste com a falta do S. (marido).

11 **E.: E sente. Mas, a Dona M. sente também ainda muito, muito a perda, não é?**

12 **P.:** Sinto tudo... Aveiro sente essa falta.

13 **E.: E a Dona M. muito mais!**

14 **P.:** Muito mais, sim! Gostaria de o ver muitas vezes, ele vê-se até muitas das vezes também,  
15 mas gostaria de o ver mais vezes... Que se lembrassem muito mais dele do que aquilo que se  
16 lembram. Que ele merecia bem, ele merecia... nós até estávamos até à espera de... tinham dito  
17 já há tempos que haviam ter feito uma... uma... como é? Uma rua com o nome dele, mas essa  
18 rua nunca mais veio, mas está [impercetível].

19 **E.: Sim, para fazerem.**

20 **P.:** Mas, quando!

21 **E.: Eu gostaria...**

22 **P.:** Mas eu gostaria...

23 **E.: Gostava muito.**

24 **P.:** ... De não morrer sem ver essa promessa cumprida. Mas o caminho, o meu caminho já é  
25 curtinho. Já não chego lá, nunca. Quando isso será, eu...

26 **E.: Vamos lá ver, vamos lá ver... Eu gostaria que a Dona M. me falasse agora um bocadinho**  
27 **de si, da sua vida, quando era mais nova, o que é que fazia, dos seus pais, irmãos...**

28 **P.:** Dos meus pais... Nunca fui criada com o meu pai, porque o meu pai morreu eu era muito  
29 novinha... E nós éramos 5, 6 filhos, éramos 6 irmãos, e a minha mãe teve que trabalhar muito  
30 para ter... Para nos criar. Começamos a trabalhar muito novinhos. Comecei a trabalhar com 12  
31 anos, era nisto nas franjas, *franjista* [mulher que fazia franjas, peça constituída por fios,



32 torcidos ou não] que era dos xales de Aveiro e de todo o lado, não era? De maneira que  
33 começamos a trabalhar. A minha mãe faleceu eu tinha 16 anos...

34 **E.: Ainda era nova.**

35 **P.:** ... Tinha uma irmã com 14, e tinha uma irmã com 20.

36 **E.: Então a Dona M. cuidava delas?**

37 **P.:** É [Era] a mais velha que cuidava de nós.

38 **E.: Pois.**

39 **P.:** E tínhamos também 3 rapazes. Um casou, outro foi para a tropa, mas quando veio da tropa  
40 casou, ficámos as 3 meninas. De maneira que as 3 meninas guiamo-nos sempre, depois  
41 começamos a namorar... Comecei a namorar com o meu marido com 16 anos.

42 **E.: Como é que o conheceu?**

43 **P.:** O meu marido? Porque ele era já músico, ele começou a tocar música tinha 7 anos. Ele  
44 esteve no colégio, asilo, aqui em Aveiro. Ele era da Murtosa, veio para cá porque morreu o pai.

45 **E.: E veio para cá?**

46 **P.:** Sim. O pai dele faleceu ele tinha 4 anos. Aos 7 (anos) veio para o colégio, para esse colégio  
47 do asilo de Aveiro e saiu a tocar música. Com 7 aninhos, pequenino, tocava flautim... Tenho lá,  
48 que é para um bisnetinho que nasceu, esse flautim... E tenho a minha neta que é a tal motora  
49 que tem uma flauta de prata dele assim... foi o dado para o primeiro neto. Mas, o neto não  
50 nasceu. Nasceu a neta e teve que ser para a neta.

51 **E.: Mas então depois lá se conheceram?**

52 **P.:** Lá nos conhecemos porque eu também tinha o meu irmão que era músico com ele na  
53 banda José Estevão, era. De maneira que, começou a ir lá para nossa casa, digo eu. Saiu (o  
54 marido) com 16 anos do asilo. Sempre... E ele sempre, que a sua mãe estava na Murtosa, ele já  
55 era músico já feito mesmo e ele tinha sempre, que agora não há, mas nesse tempo, no nosso  
56 tempo, haviam as festas todas de igreja, a festa da Senhora da [impercetível], Senhora da Luz,  
57 da Hora, a...

58 **E.: Exato.**

59 **P.:** ... Tudo (o) que se via, eram essas coisas todas, e ele não tinha tempo de ir ("é a muleta que  
60 caiu") passar férias... Ele não tinha tempo de ir passar férias. Nunca tinha férias aquele menino  
61 no asilo, nunca! De maneira...

62 **E.: Que ele ia sempre.**

63 **P.:** Sim. Ele ficava sempre para fazer essas festas todas do ano... as festas do ano, de maneira  
64 que conhecemo-nos aí.

65 **E.: Depois lá começaram a namorar...**

66 **P.:** Começamos a namoriscar. Foi por aí... O meu irmão nem queria que eu falasse com ele,  
67 porque ele era aquele rapaz esperto, era muito esperto, não era assim? E o meu irmão não  
68 queria.

69 **E.: A Dona M. o que é que fazia?**

70 **P.:** Eu?

71 **E.: A Dona M.**

72 **P.:** Franjista [mulher que fazia franjas, peça constituída por fios, torcidos ou não]. Era franjista.

73 **E.: O que é uma franjista?**

74 **P.:** Franja dos xales, das fadistas...

75 **E.: Ah! Sim.**

76 **P.:** ... Das tricanas [raparigas do povo ou do campo] de Aveiro.

77 **E.: Ah, que giro!**

78 **P.:** Sim, xales de...

79 **E.: Sim, sim... daquelas...**

80 **P.:** ... Das tricanas [raparigas do povo ou do campo] de Aveiro e sem ser das tricanas [raparigas  
81 do povo ou do campo], das que se usavam os xales, das que usavam... Perdeu a moda, não é?  
82 Perdeu! Agora já não se usa os xales, mas pronto!... mas a gente, adei, trabalhava nesses  
83 xales que era...

84 **E.: Então o seu marido...**

85 **P.:** Era o que dava mais dinheiro nesse tempo. Eu também trabalhava em costura, mas tive que  
86 deixar porque...

87 **E.: Então, claro...**

88 **P.:** ... O outro dava mais dinheiro (franjista), tinha pano na mão (quanto mais fizesse, mais  
89 dinheiro tinha), tínhamos que...

90 **E.: Claro, tinha que deixar.**

91 **P.:** Exatamente. De maneira que, namorei com ele 6 anos. Depois, ele foi para a tropa, não  
92 é?... e assim... e quando vieram, casamos. Eu casei primeiro que as minha irmãs, porque a  
93 minha irmã mais velha depois quis casar. Eu tive que casar primeiro, porque era para ficar com  
94 a outra do meio, porque a do meio, também estava o marido dela na tropa, e quando viesse é  
95 que podia casar. A do meio também está aqui no lar, também aqui.

96 **E.: Ah! Também está aqui, no lar?**

97 P.: Eu é que era a do meio. Ela é que era a mais nova. E ela então também esperou pelo  
98 marido para casar. E foi assim que nós nos conhecemos.

99 E.: **E o que fazia para se divertir para além do trabalho?**

100 P.: Ah, o trabalho... Nesse tempo era só os bailinhos, onde ele ia tocar que era menino, ele  
101 tocou sempre, saiu do asilo começou logo a tocar.

102 E.: **E então, a Dona M. ia sempre com ele?**

103 P.: Ia sempre! Também podia, porque os meus irmãos tinham um [impercetível] mais velho, o  
104 qual nós tratávamos por você. As 3 irmãs por você, ele era meu padrinho, a gente tratava por  
105 você. Ele já era casado, mas todos os dias, vinha a nossa casa ver as meninas.

106 E.: **Então era como fosse um...**

107 P.: Um pai, um pai. Foi...

108 E.: **Um pai.**

109 P.: De maneira que então ele vinha a casa e ele (o padrinho da Dona M.) era chefe dos  
110 bombeiros. Nesta altura dava-se os bailes dos bombeiros nos Recreios, nos Galitos, na Beira  
111 Mar, esses bailes todos...

112 E.: **Sim...**

113 P.: ... E nós íamos, que eles também queriam que nós fôssemos. Os meus irmãos tinham  
114 música e tinha o meu irmão que era também bombeiro, e nós íamos porque eles estavam lá.  
115 Eles estavam lá a ver o que as irmãs faziam. E de maneira que, foi assim a nossa vida. Não  
116 houve mais nada, íamos ao cinema quando tínhamos, quando eles pagavam o bilhete, quando  
117 pagavam o filme. O namorado, ele (marido) tinha... este tinha sempre dinheiro porque  
118 tocava sempre. Estava sempre a tocar, fazia muitas músicas para fora o S. (marido).

119 E.: **Como é que foi a vossa vida como casal?**

120 P.: Foi boa. Foi muito boa! Fui muito feliz! Eu posso dizer mesmo, eu durante dizia sempre e  
121 digo ainda hoje eu durante 7 anos fui a mulher mais feliz do mundo. Dizia sempre: - "Eu fui  
122 mais feliz do que a rainha Isabel". Eu dizia que era mais feliz, porque eu dizia... ele tinha a sua  
123 vida e eu tinha a minha vida, mas depois nasceu a mais nova, doentinha e a vida começou-se  
124 a... e ele também apanhou uma doença de nervos, porque ele trabalhava muito e teve uma  
125 doença de nervos... E estive muito tempo doente.

126 E.: **E esteve bastante tempo...**

127 P.: ... Esteve, esteve. De maneira que, também não podia. Não pôde trabalhar até uns 2 ou 3  
128 anos e isso foi um caminho doloroso. Mas, tive a minha sogra que foi uma boa sogra.

129 E.: **Que ajudou.**

130 **P.:** Que ajudou muito, sim! Nunca me deu dinheiro, nem para mim nem para ele, mas...

131 **E.: Mas estava presente.**

132 **P.:** Todas as semanas cá vinha para a beira... E ela todas as semanas vinha da Murtosa com a  
133 *canastra* [cesta] do pão que vendia, carregadinha com tudo para nós comermos, não era?  
134 Era... Depois que a menina nasceu, a pequenina, porque ela também foi sempre doentinha. De  
135 maneira... Mas foi sempre uma vida feliz porque ele foi sempre... Nós, foi um namoro puro,  
136 puro...

137 **E.: Foi um casamento por amor.**

138 **P.:** ... Puro. Sempre, também, com o seu feitio... Que ele tinha o seu feitio, não era... mas era...  
139 onde há amor, há tudo, não é? Agora é que se diz: - “Agora não há amor. Amor isto ou amor  
140 aquilo”, amor não. Ele era: - “Oh, amor querido”. Chamava-me muitas vezes, “amor querido,  
141 amor querido”. Eu às vezes dizia-lhe assim... Eu não respondia quando estava zangada com ele,  
142 porque ele dizia que eu não podia ir atrás das procissões com ele, nem a comandar, e eu a ir e  
143 não poder. Havia coisas que eu podia ir e levava-me no carro e eu ia. Mas, eu também não  
144 queria ir. Não queria! Tocava a música primeiro e eu era sempre a última... Que eu dizia: - “Eu  
145 não tenho valor nenhum”, - “Tens filha, tens todo o valor para mim, mas é a minha vida. Tu  
146 sabes que é a minha vida. Não te enganei... Eu não te enganei... Que sabias o que era a minha  
147 vida. Por isso... Olha, tu quiseste, aceitaste”. E tudo bem. Era o que ele dizia, de maneira que  
148 era assim. E foi sempre uma vida... Às vezes, tínhamos as nossas pieguices (zangas) ...

149 **E.: Claro.**

150 **P.:** ... Devido à música. A música, de resto não... E às vezes vinha todo contente. Já vinha de  
151 fazer a vida dele. Mas, ia fazer a vida dele. As festas acabavam vinha logo no carro para me  
152 buscar...

153 **E.: Vinha logo.**

154 **P.:** ... Para eu ir. Às vezes, dizia: - “Anda embora!” Parece que estou a vê-lo (e) ... eu à varanda,  
155 e ele: - “Anda embora”, dentro do carro. E eu dizia-lhe que não, magoada. Dizia-lhe que não  
156 que não ia gastar... “Anda-te embora”. Ele: - “Anda-te embora”. E eu via que ele ficava  
157 chateado e que já tinha depois em casa ainda pior não é... senão (não) ia. E eu estava  
158 preparada a ir que eu estava à espera dele. Mas era assim também, eu era assim também.  
159 Também berrava, não era?

160 **E.: Claro, claro.**

161 **P.:** Eu assim. E eu lá ia com ele. “Mas, onde é que tu queres ir?” (Dona M.), - “Vamos ver”  
162 (marido). “Sais de casa”... Está a ver... já tinha tudo... Estava acabado. Mas, ele queria..., “Sais

de casa, depois de sairmos de casa, decidimos onde queres ir” (marido). Íamos então comer fora, mas aquilo para mim não era nada. Não era. Eu queria o que para mim. Não era, podia não ganhar dinheiro e estar ao pé de mim, não é? Ele dizia, às vezes, dizia muitas das vezes: - “Anda, anda embora”, “Anda se queres”, [impercetível], “Anda se queres”, – “O quê?”, – “Anda ver, anda ver”. E depois, queria que eu fosse ver as montras com ele para ver o que ele queria-me comprar, que gostava muito de me comprar tudo...

**E.: Comprar coisas. Era muito...**

**P.:** Tudo o que eu quisesse. Ele nunca - posso jurar por tudo, nunca ouvi aquele homem a dizer “não”. Eu se quisesse ir ... Eu ia a todo o lado. O que é, é que ele queria que eu fosse (a) todo lado. Queria que eu fosse às festas, queria. Costumávamos ir 4 dias para fora. Eu tinha os meus bilhetes pagos para ir com ele passear ao estrangeiro... À Espanha, que era quase sempre onde nós íamos... E ele, às vezes, tinha que dar os bilhetes... O bilhete dele a um neto nosso.

**E.: Já não ia.**

**P.:** Não ia comigo. E eu não queria ir e ele obrigava-me a ir.

**E.: E a Dona... A Dona M., disse há bocadinho que a sua filha estava doente, mas ela depois ficou melhor?**

**P.:** Não, foi sempre doentinha.

**E.: Foi sempre, ainda hoje é doente... E a Dona M. deixou o seu trabalho e ficava em casa a cuidar das suas filhas?**

**P.:** Não, não! Eu trabalhei sempre para [impercetível].

**E.: Trabalhou sempre.**

**P.:** Sempre, sempre! Trabalhei sempre!

**E.: E tomava conta da casa também?**

**P.:** Sim. Trabalhei por minha conta em casa quando ele... ele (marido) casou... e trabalhei pouco (tempo) no patrão dele. Ele antes de ser professor era empregado comercial. Tinha o curso dele, mas depois quis tirar outro curso.

**E.: Mas quando, desculpe Dona M., quando teve as suas filhas a Dona M. trabalhava e cuidava da casa e das filhas?**

**P.:** Sim, sim! Da minha casa, (e) trabalhava para o patrão dele (marido) que era uma casa grande de comércio.

**E.: Tinha muito trabalho.**

**P.:** Tinha, tinha! Sempre trabalhei. Sempre o ajudei, sempre! Porque ele nem sabia de parte das coisas que eu fazia. Comprei o meu andar, comprei um jazigo na... um jazigo também que

196 quase custou tanto que a minha casa. Que a casa era daquelas, casas destas, que a assistência  
197 social fez, estas casas...

198 **E.: Sim, sim.**

199 **P.:** ... Estas casas que (se) fazia. E eu comprei-a também. O meu jazigo custou tanto como a  
200 casa, está a ver? Comprei, que ele nunca soube que eu tinha dinheiro para comprar, para  
201 pagar, essas coisas... Nunca, nunca lhe tinha muita confiança.

202 **E.: Oh Dona M. e depois como é que a doença dele foi surgindo?**

203 **P.:** Eu não sei. Teve aquela doença muito novo... Que ele nunca me disse que tinha (cancro na)  
204 próstata, nunca! Ele já era muito novo... E ele acho que já tinha, porque a minha irmã L., a mais  
205 velha, lavava a roupa dele, lavava-lhe a roupa já estávamos para casar, e ele estava numa  
206 pensão, numa pensão particular, nos quartos que alugavam.

207 **E.: Sim, sim.**

208 **P.:** E a minha irmã passava-lhe a roupa e passava a ferro para ele ir... Ele era um irmão, ele não  
209 foi um namorado, (foi) como um irmão, ia para ali (para casa da Dona M.) com 16 anos, já  
210 andava lá pequenino. Ele quis gozar, nós é que fomos a família dele. Ele não teve família. Não  
211 quis saber de família nenhuma. Nós fomos... A minha casa... A minha casa.

212 **E.: Mas depois...**

213 **P.:** E a minha mãe já dizia: - "O S. anda doente", porque já sentia qualquer coisa nas cuecas,  
214 sangue, sangue...

215 **E.: Ah!**

216 **P.:** ... Estava apanhar roupa, e dizia... E depois dizia-lhe numa ocasião, já estávamos para casar  
217 mesmo, já estávamos para casar... e eu disse: - "A minha irmã está muito triste S., porque tu  
218 [impercetível] ", - "Às vezes salto da cama para fora e ponho os pés no chão" (marido) ... E  
219 com certeza é disso. Ele andou sempre num médico particular, sem eu saber.

220 **E. E quando? Sem, sem...**

221 **P.:** Sem eu saber. Eu só soube no total ele já estava muito doentinho, já com a idade que ele já  
222 tinha, morreu com 78 anos.

223 **E.: Quanto tempo é que a Dona M. esteve a cuidar dele doente?**

224 **P.:** Quanto tempo, quê?

225 **E.: Quanto tempo esteve a cuidar dele em casa?**

226 **P.:** Eu... 6 anos, 6 anos.

227 **E.: Três anos a cuidar dele em casa?**

228 **P.:** Seis anos.

- 229 **E.: Então não trabalhava, aí deixou o trabalho?**
- 230 **P.:** Ah... já não trabalhava.
- 231 **E.: Já não trabalhava.**
- 232 **P.:** Quando ele foi para o ensino, que ele já não foi cedo para o ensino...
- 233 **E.: Quando ele foi para o ensino...**
- 234 **P.:** Sai, sai...
- 235 **E.: Ficou em casa com as filhas?**
- 236 **P.:** Sai, ele não consentiu mais que eu trabalhasse para lado nenhum.
- 237 **E.: E esse tempo, e esses 6 anos foram muito, foram muito dolorosos?**
- 238 **P.:** Sim, sim.
- 239 **E.: Muito cansativos?**
- 240 **P.:** Dolorosos. Foi todo encabado por baixo e por cima... muito!... Muito...
- 241 **E.: Ver a sofrer, estava a vê-lo a sofrer.**
- 242 **P.:** ... Ele sofria muito! Ele sofria muito! Mas, com paciência... Que ele no princípio não aceitou,
- 243 não aceitou! Ia para lá. Ia a um médico muito amigo, era aqui da Beira Mar, da nossa Beira Mar
- 244 [impercetível], que trabalhou aqui (instituição) com a minha filha (filha mais velha), no centro.
- 245 E ele não aceitou, ele (médico) disse mesmo na frente dele, ele ficou aterrorizado primeiro,
- 246 andava-se a tratar em Coimbra, mas, depois deu-lhe o [um] AVC, aí é que ele ficou...
- 247 **E.: Ele custou-lhe a aceitar a doença?**
- 248 **P.:** Custou e tratar, já nos tratava... Foi o médico que nos disse que as pessoas a quem mais
- 249 amam são as que são piores tratadas.
- 250 **E.: Isso é verdade.**
- 251 **P.:** Adei, ele vinha do tratamento no carrinho, vinham os bombeiros trazê-lo, ele também foi
- 252 chefe dos bombeiros... Também foi... Quem tratava de tudo era de lá dos bombeiros. E então,
- 253 ele vinha, traziam no carrinho e *aseitavam-o* [sentavam-no], já tinha a mesinha na cozinha,
- 254 que era eu só cozinheira. Assim, a mesinha pequenina já posta para quando ele viesse da
- 255 fisioterapia e ele vinha, e tinha assim... mas, eu não sei se aquilo era ciúmes, o que aquilo era,
- 256 mas, eu não saía nem nada. Tinha a mesa posta, e quando, qualquer coisa que lhe dissesse, ele
- 257 estava já sentadinho... Qualquer coisa que eu dissesse, ele pegava... atirava-me! Nem que eu
- 258 estivesse contra a banca, atirava-me!
- 259 **E.: Porque estava, não estava bem. Lá estava revoltado por estar doente.**
- 260 **P.:** Pois foi o que o Senhor Doutor me disse: - "Oh E. tem paciência, mas isto é assim! Está
- 261 revoltado". Não aceitou, era um homem de música, alegre, novo!...

262 **E.: E depois ficar assim, é muito complicado.**

263 **P:** Mas eu dizia muitas das vezes: - “Tu tens força, oh S.!” . Ele dizia às vezes, assim: - “Oh E.  
264 anda cá! Anda para aqui sentar-te um bocadinho para ao pé de mim”. Já estava numa caminha  
265 de ferro... E eu assim: - “Olha, sabes que eu não tenho ninguém que me ajude não sabes?”, –  
266 “Sei” Eu assim: - “Então eu vou arrumar a casa, a casa não, a cozinha, que pode vir alguém,  
267 sabes que *veio* [vêm] visitar-te e vou lá limpar”, – “Está bem”. E ele lá se acomodava, e aquilo  
268 passou, foi passando e aqui ficou. Ele chegou, depois no final, quase no final pediu perdão, ele  
269 pediu-me perdão: - “Perdoa-me”. Aquilo era tudo [impercetível].

270 **E.: Ele reconheceu o trabalho...**

271 **P.:** Ele era muito orgulhoso, era. Nunca pensei que ele chegasse àqueles pontos de pedir  
272 perdão, não é? E ele... Eu estava sentada na cadeirinha ao pé dele e ele estava deitadinho na  
273 cama: - “Perdoa-me” E eu: - “Perdoo-te o quê? Não me fizeste mal nenhum” E ele respondeu: -  
274 “Fiz, fiz!”, – “Então o que é que me fizeste?”. Eu achei, que aquela palavra foi um pedido de  
275 perdão.

276 **E.: Fez tudo o que pode por ele, não foi Dona M.?**

277 **P.:** Tudo, tudo!

278 **E.: Dona M. agora gostava que me falasse acerca do que sentiu após a perda. Sempre teve o**  
279 **apoio da sua família?**

280 **P.:** Eu se tive o apoio?

281 **E.: Depois do seu marido falecer sempre teve o apoio?**

282 **P.:** Sim, sim! Nunca precisei deles (família) para nada, porque ele deixou-me bem, graças a  
283 Deus!

284 **E.: Mas a sua família sempre esteve ao seu lado?**

285 **P.:** A família... Eu é que ainda os apoiava a eles (riso breve). As mães (filhas) estavam a  
286 trabalhar e os filhos (netos) estavam em cima de mim de manhã à noite.

287 **E.: As suas filhas ajudaram-na quando o seu marido...**

288 **P.:** Sim, sim! A mais velha, a mais velha.

289 **E.: A mais velha.**

290 **P.:** É a mais velha que me apoia, que está...

291 **E.: A que não está doente.**

292 **P.:** A outra é doente. E é outro feitio, é outra pessoa.

293 **E.: É mais complicado.**

294 **P.:** É. É outra pessoa, não tem nada a ver uma coisa com a outra.



- 295 **E.: São muito diferentes. O que é que mudou na sua vida com a perda?**
- 296 **P.:** Com a quê, com a perda?
- 297 **E.: Com a perda do seu marido. O quê que mudou na sua vida?**
- 298 **P.:** Mudou. (Com) a perda dele perdi tudo, perdi tudo! Tudo! Não posso dizer aquilo que sei...
- 299 **E.: É difícil lidar, foi muito difícil lidar com a morte dele?**
- 300 **P.:** Foi porque ele *teve* [esteve] ... O filho dessa minha mais nova meteu-se na droga, e foi um
- 301 caso sério.
- 302 **E.: E a Dona...**
- 303 **P.:** Fez coisas mesmo ao seu avô, que se não fosse ele... ele (neto) estaria preso, porque foi
- 304 preso e ainda estaria preso, mas...
- 305 **E.: E a Dona M. estava ali sozinha?**
- 306 **P.:** Estava com eles, depois.
- 307 **E.: Sozinha a cuidar dessa situação, que não tinha o seu marido ao seu lado.**
- 308 **P.:** Foi isso mais o que lhe matou. Aí a cabeça dele é que desatou... aí é que desatou.
- 309 **E.: Mas ele ainda era vivo quando isso aconteceu?**
- 310 **P.:** Era.
- 311 **E.: Mas ele... Eu estava a perguntar-lhe, agora estávamos a falar depois de ele já ter falecido.**
- 312 **P.:** Falecido, sim. Depois de ele ter falecido eles continuaram na minha casa, as mães
- 313 continuaram.
- 314 **E.: Continuaram sempre.**
- 315 **P.:** A mais velha não precisava de nada, mas a outra precisava porque depois divorciou-se e
- 316 ficou com os meninos.
- 317 **E.: Mas sempre... E a Dona M. ficava...**
- 318 **P.:** E eu fiquei naquela...
- 319 **E.: Mas ajudava, pronto. Era uma forma...**
- 320 **P.:** Ajudava-os a eles todos, e nem nunca fiquei sozinha devido aos meninos, que ficaram
- 321 comigo os 3, sempre.
- 322 **E.: Sempre?**
- 323 **P.:** Sempre, sim.
- 324 **E.: Isso era uma forma de se distrair?**
- 325 **P.:** De distrair e desgostos também, também nos deram um bocadinho os meninos, 2, 2, a
- 326 menina e o rapaz mais velho *deu-nos* [deram-nos] um bocado, o rapaz na tropa. Um rapaz
- 327 lindo, jeitoso...

328 **E.: Neto?**

329 **P.:** ... Lindo, jeitoso. Muito bonito o rapaz (neto).

330 **E.: Isso são caminhos que às vezes as pessoas tomam...**

331 **P.:** ... Ficou, ainda foi ao... Chegou a ter o 3º ano de liceu... Mas, andou... Fez o segundo...

332 **E.: Então tomou conta, ficou com eles durante muito tempo?**

333 **P.:** Sempre. Ainda hoje, ainda hoje vem à sua avó. Ainda hoje aqui veio (neto) ... Buscar quando  
334 precisa (risos).

335 **E.: Mas ele já...**

336 **P.:** Às vezes já tenho dito “porque é que eu estou aqui, meu Deus?”, quanta vezes digo  
337 “porque é que eu estou aqui, meu Deus?”. Se estás aqui, dizendo, é porque ainda és muito  
338 precisa aqui. E sou!

339 **E.: Exatamente.**

340 **P.:** E sou. Que a senhora, que a menina não sabe, sou sim! E por isso rezo sempre a Deus. Não  
341 há dia nenhum que eu não reze por eles. Nunca! Nenhum, nenhum, nenhum! (emocionada) Às  
342 vezes digo assim: - “Oh, meu Deus, estou-te sempre a rezar por eles e ainda não vi aquilo que  
343 pedi por eles!”. Que a menina (neta) é muito inteligente. Tem uma menina que das primas  
344 todas que tem, foi ela a *pior* [melhor] que ficou. Sabe tocar piano, sabe tocar nas festas, não  
345 sei (o) que fazem a ela que vai tocar. Está a cozinhar (profissão da neta) para ver se junta-se a  
346 um rapaz, não é? Já tem 2 filhos. E ela sabe tocar tudo. É uma menina tão prendada! Uma  
347 menina linda! Prendada!... Tudo e só por cabeça dela... Por cabeça dela, porque os pais  
348 separaram-se.

349 **E.: E saía...**

350 **P.:** Desgostosa que também ficou (neta), e ele o pai também e depois o pai...

351 **E.: E isso tem influências depois nas pessoas.**

352 **P.:** Foi tudo, foi tudo!... Uma pessoa com uma boa educação, quando elas estiveram na minha  
353 companhia a menina até aos 13 anos teve mesmo. Demos-lhe tudo! O conservatório, até o  
354 conservatório tirou. *Conservatório tirou* [Tirou o conservatório], demos (os estudos) para  
355 enfermeira, demos para ela ir para a universidade, “tu vais para a universidade”. Mas, ela nada  
356 quis...

357 **E.: A maioria deles...**

358 **P.:** Agora já temos dito, vieste para aqui (instituição), está cozinheira, uma grande cozinheira.

359 **E.: Ah! Pronto graças a Deus.**

360 **P.:** E está a cozinhar para nós todos sozinha, aos sábados e domingos porque...

- 361 **E.: Graças a Deus.**
- 362 **P.:** Graças a Deus. Mas a gente nunca sabe quando ela terá juizinho para tudo isso...
- 363 **E.: Claro, claro.**
- 364 **P.:** E tem 2 criancinhas pequeninas, um com 4 anos e outro com 8.
- 365 **E.: Mas esses...**
- 366 **P.:** Mas, será que eles ficam juntos? Estão juntos, será que era isso que esperávamos para ele?
- 367 **E.: Oh Dona M., mas depois do seu marido falecer ficou logo a cuidar dos seus netos?**
- 368 **P.:** Fiquei com eles.
- 369 **E.: Logo a seguir?**
- 370 **P.:** Sim.
- 371 **E.: Naqueles 12 anos, que a Dona M. esteve em casa o que é que a Dona M. fez? O que é que**
- 372 **a Dona M. fazia?**
- 373 **P.:** Fazia, tratava dos netinhos. Fazia tudo por eles, tudo!
- 374 **E.: Cuidava da casa...**
- 375 **P.:** Da casa. Não era muito grande. Tinha 3 quartos, tinha a sala de jantar, que também era
- 376 uma sala de jantar sim, do tamanho desta, disto uma sala grande. Era uma casa muito bonita
- 377 tinha uma casa muito bonita.
- 378 **E.: A Dona M. sentiu, a Dona M. tinha dificuldades em sair à rua.**
- 379 **P.:** Tinha, não saía (de casa), não queria sair à rua.
- 380 **E.: Desde que o seu marido faleceu?**
- 381 **P.:** Sim, fiquei isolada. Nunca saía. E a minha filha (filha mais velha) e o meu genro vinham
- 382 sempre. Ainda hoje o meu genro vem aqui (instituição) buscar-me.
- 383 **E.: Tentavam puxar por si para sair de casa e a Dona M. não saía.**
- 384 **P.:** Não, porque tinha receio. Nunca quis sair nada.
- 385 **E.: Queria estar isolada, queria estar mais, mais sozinha.**
- 386 **P.:** Sim. Nunca mais saí. Fiquei por ali. Agora vim aqui para o centro, agora estou mais
- 387 satisfeita, não é? Depois de vir para aqui fiquei mais satisfeita.
- 388 **E.: Ainda bem.**
- 389 **P.:** Ainda fui para casa da minha filha, a mais velha, que estive doente, porque caí no dia de
- 390 carnaval e parti aqui esta... a anca... e fui operada. Estive 6 meses de cama. Estive em casa da
- 391 minha filha e tudo. Mas, queria ir para a minha casa. Também era pertinho, para a minha casa.
- 392 Mas, os meus netos nunca me deixavam “anda-te embora avó, anda-te embora avó”, porque
- 393 eles queriam...

394 **E.: Encontrou... Na sua casa era onde a Dona M. encontrava então, sentia um maior**  
395 **conforto?**

396 **P.:** Sim, nunca tive medo. Não...

397 **E.: Nunca quis se afastar das memórias daquela casa...**

398 **P.:** Eu às vezes dizia-lhe assim a ele: - "Oh, S." - estávamos assim, quando estávamos os dois  
399 assim sozinhos, ele na cama e eu falava-lhe sobre a bíblia e assim. Não era preciso que ele  
400 sabia de tudo, não é? Mas... E falava, eu assim: - "Oh S., tu tens medo de morrer, não é?".  
401 Porque ele era um homem que estava agarrado à vida.

402 **E.: Sim.**

403 **P.:** Era um homem que estava muito agarrado: - "Tens medo de morrer. Não tenhas medo  
404 homem! Não tenhas medo de morrer, a gente só morre uma vez" Dizia eu: - "Por isso, não  
405 tenhas medo, porque a morte... Olha eu tinha medo, eu tinha medo... Mas, é do que tu estás a  
406 passar aqui, que estás a sofrer tanto... e a morte a gente não sofre na morte. A morte a gente  
407 fecha os olhinhos e dorme".

408 **E.: É.**

409 **P.:** "A morte vem-te buscar", e ele não abria a boca, coitadinho, "Por isso, não tenhas medo"...  
410 [impercetível] A minha filha: - "Oh, mãezinha... Não fales assim ao pai", - "Falo!". Porque  
411 estava a falar sobre a bíblia, não é? Ele também sabia disso, ele sabia disso, também.

412 **E.: O que é que fez à Dona M. ficar tantos anos dentro de casa?**

413 **P.:** Como?

414 **E.: O que é que fez à Dona M. ... Como é que a Dona M. decidiu ficar tanto tempo em**  
415 **casa, tantos anos?**

416 **P.:** Não tinha alegria.

417 **E.: Não tinha alegria.**

418 **P.:** Não. Não era capaz de sair. Nunca mais vi a banda sair. A banda que no tempo do professor  
419 [impercetível] foi ele que formou... A banda das crianças pequeninas até sair do asilo, foi ele,  
420 mas também quando morreu a banda já não existia.

421 **E.: Já não existia.**

422 **P.:** Não. Aveiro ficou triste porque todo, a banda saía a qualquer hora do dia. Ao domingo  
423 havia o campo de futebol... A banda saía formada lá para o futebol, era uma alegria. Era uma  
424 alegria em todo o lado. Uma banda! O povo saía para Aveiro todo atrás da banda toda. Eu não  
425 ia. Não ia mesmo aqui, as festas eram aqui na cidade, aqui em baixo. Eu estava retirada da  
426 cidade que era mais a cima, mas tornava-se longe para vir já por aí a pé. Mas, eu também não

427 vinha sozinha. A canalha queria vir sozinha. As filhas iam com os maridos, não é? E eu não  
428 queria 'ser pesada' (dar trabalho) a ninguém. Queria estar sozinha por isso eu não ia. Ele  
429 (marido) muitas vezes dizia: - "Anda-te embora! A minha gente é esta. É Beira Mar! Eu sou da  
430 Beira Mar! É a minha gente! Anda-te embora e ficas no café ou ficas dentro do carro".

431 **E.: Mas a Dona M. ...**

432 **P.:** Não. Não ia, não queria.

433 **E.: Oh Dona M. o que é que a Dona M. fez ou ainda faz para superar a dor?**

434 **P.:** Muitas das vezes estou aqui a rir-me. Eu sou uma alegria. Eu sou uma alegria aqui no centro  
435 sempre! Todos que vêm... Estão me sempre a dizer...

436 **E.: Aqui no lar costuma participar nas atividades que fazem?**

437 **P.:** Não. Só participo. Eu aqui, quando foi pelo carnaval... Faço a minha festa sentadinha,  
438 apareço muito também nessas coisas que há agora...

439 **E.: Sim. Que metem na internet.**

440 **P.:** Sim, Sim. Até a dançar com a bengala com um capacete na cabeça.

441 **E.: Vai-se divertindo.**

442 **P.:** Faço! Faço! Faço! Faço! E rio-me e tudo... E elas também, e apareço muito também aí.

443 **E.: Isso faz com que a dor...**

444 **P.:** Estou sempre alegre elas vêm, as visitas vêm-me ver: - "Está sempre com a cara tão linda",  
445 a dizer: - "Cara tão linda, está sempre alegre, tem sempre o sorriso nessa cara". Elas para mim:  
446 - "Oh, mulher! Estás tão bonita!". Eu gostava de poder ficar bem, mais que eu tenho muitas  
447 doenças. Eu já tive 2 enfartes. Tenho... Sou cardíaca. Tenho angina do peito. Tenho o sangue  
448 com estas coisas... Que isto está a dar cabo de mim... Já tenho há 2 anos e agora está-me...

449 **E.: Tem dificuldades. Mas é uma pessoa que gosta...**

450 **P.:** Gosto e elas também... E é o que está por dizer. Eu estou a rir-me e muitas vezes digo a elas  
451 (auxiliares, Doutoradas) ... "Está sempre alegre quando as pessoas estão...", - "Pois estou mas  
452 elas viram costas e eu estou a rir-me para elas toda contente, mas viro as costas para aquele  
453 lado e as lágrimas caem-me pela cara abaixo", quantas vezes, sempre, sempre, sempre  
454 (chora).

455 **E.: Do seu marido?**

456 **P.:** Sou uma pessoa bem-disposta, eu até digo realmente porque sou uma pessoa de fé, tenho  
457 muita fé.

458 **E.: Reza muito.**

459 **P.:** Não rezo muito. Não rezo. Eu rezo só uma vez a mesma [impercetível].

460 **E.: Mas, tem muita fé.**

461 **P.:** Mas, tenho muita fé. Eu sei que Ele está comigo sempre, sempre, sempre, sempre, porque  
462 não há nada que eu lhe peça... eu tenho tido agora problemas nesta perna e sei que realmente  
463 Ele tem estado. Tenho muita fé. Deus é meu pai. É com Ele que desabafo e é com ele  
464 [impercetível] ... Deus só, só, por isso eu estou sempre fiada naquilo que quero, que vou fazer.  
465 Eu tenho fé, Ele é que me dá sempre tudo (emocionada).

466 **E.: E dá-lhe mais força para lidar com a vida, não é?**

467 **P.:** É, é.

468 **E.: Que estratégias adotou para viver o dia a dia? Que formas para viver melhor o seu dia a**  
469 **dia sem o seu marido?**

470 **P.:** Do meu marido?

471 **E.: Para lidar com a perda do seu marido.**

472 **P.:** Sim.

473 **E.: O que é que arranjou, que estratégias arranjou? Que formas para conseguir?**

474 **P.:** Eu não arranjei nada. Chorava sempre muito.

475 **E.: Mas cuidar dos seus netos ajudou um bocadinho.**

476 **P.:** Sim, sim. Cuidava muito deles, sempre cuidei. Mesmo doentinho (marido) eles iam comer a  
477 minha casa sempre, sempre e estava assim, não é? Não arranjei, foi sempre uma vida simples.

478 **E.: Mas e hoje que ainda sente muita dor. Como é que tenta viver o seu dia a dia? Tenta-se**  
479 **distrair...**

480 **P.:** Às vezes parece que sou eu que não quero. Eu já tenho dito muitas vezes, eu pensei em vir  
481 para aqui para o lar, porque realmente eu fico sozinha e a minha filha (filha mais velha) está cá  
482 não é, está... vai à noite embora. Sai... Vai à noite embora, e eu fiquei a pensar... “Vê lá,  
483 mãezinha se tu queres ir” (filha mais velha). Na véspera ainda fui comprar umas coisas para vir  
484 para cá, depois ela ainda me disse: - “Vê lá se queres ir, vê lá se queres ir... Ninguém te obriga.  
485 Tu é que quiseste ir” E eu disse: - “Pois filha” (desculpe estou constipada, e desculpe sim?) ...

486 **E.: Não se preocupe, não se preocupe.**

487 **P.:** ... E eu: - “Eu estou disposta a ir” porque realmente a minha filha agora tinha mandado,  
488 formou o lar, fez o lar, e estas coisas todas, e eu não ficava sozinha não é, sei lá como,  
489 [impercetível] e com estas doenças todas, eu tinha medo.

490 **E.: E precisava de ajuda também, não é para fazer as atividade do dia a dia?**

491 **P.:** Exatamente. Pensei que, realmente, foi a minha mãe, a minha filha disse: - “Se queres ir faz  
492 o que tu quiseses pronto”. E ao fim agora, estou aqui, estou muito contente, estou contente,  
493 estou mesmo muito contente!

494 **E.: Tem os seus momentos...**

495 **P.:** Pensei que realmente, pedi muito a Deus, muito, muito pelo desafio, que eu lhe entregava  
496 tudo nas mãos dele! Ele que fizesse de mim tudo o que ele quisesse, tudo! Vendi a minha casa,  
497 fiz o que a lei mandou para elas, tinha uma casa linda, muito...

498 **E.: Mas...**

499 **P.:** ... Não era grande, era pequenina, mas tinha tudo, quanto era preciso...

500 **E.: Tinha tudo o que era preciso.**

501 **P.:** Tudo, tudo, tudo! De tudo entreguei a casa a elas (filhas). Também dei aquilo que a lei  
502 mandou. Depois dei a casa toda. Elas tinham as suas filhas. As 2 filhas partiram a meio, a mais  
503 velha não precisava de nada... Mas a mais nova, a filha dela, ainda precisava de algumas coisas  
504 boas que ele tinha, que nem estreadas *tinha* [estavam]. Tinha um móvel, que é mesmo quase  
505 deste tamanho... Cheio de tudo! Sempre o meu marido dizia: - “Ainda hei-de morrer sem  
506 beber uma taça [impercetível] por este serviço que tu ali tens”. E assim foi verdade,  
507 [impercetível] levou a neta mais velha e outras coisas mais.

508 **E.: Então a Dona M. mesmo, a Dona M. manteve-se sempre ocupada mesmo naqueles 12**  
509 **anos que esteve em casa?**

510 **P.:** Não. Não me preocupei, porque ele...

511 **E.: Manteve-se sempre ocupada? Ocupada!**

512 **P.:** Ah, ocupada na vida de casa, naquilo que eu precisava.

513 **E.: Na vida de casa...**

514 **P.:** No que eu precisava.

515 **E.: Então não havia, não se sentava, não tinha nenhuma distração, alguma coisa?**

516 **P.:** Era a televisão.

517 **E.: Ah era a televisão?**

518 **P.:** Sim, sim. De manhã à noite eu distraía-me assim. Ele faleceu na minha casa... ele, quando  
519 ele faleceu eu disse logo à minha filha: - “E., não grites!”. Ele faleceu: - “Não grites!”, – “Não  
520 mãezinha, a gente não vai gritar” (filha mais velha). Tínhamos aquela gente toda do coro, ele  
521 tinha o coro [impercetível] não e está na campa dele, a nossa campa, está lá, ele a dirigir ainda  
522 na nossa...

523 **E.: E ainda hoje como me disse, lá se mete a ouvir, ele...**

524 P.: Eu meto (músicas do marido a tocar) [impercetível] mas depois era as bandas, as músicas...

525 E.: **E isso dá-lhe...**

526 P.: As músicas...

527 E.: ... **Sente-se bem a ouvir a voz dele?**

528 P.: Sim, sim. Parece que estou sempre a vê-lo, que ele tanto tocava contrabaixo. Ele era o  
529 mestre, o chefe de tudo, destas bandas. Ele tocava. Estava sempre, o chefe fazia aquilo que ele  
530 queria e estava quantas vezes eu andava a dançar com o que eu queria também...

531 E.: **Sim.**

532 P.: ... Que ele sabia [impercetível] “eu vou *bem* [também] mas olha que eu vou dançar com  
533 quem vier”, era uma menina também, “vou dançar com quem me vier buscar”, mas era tudo  
534 gente conhecida e toda a gente me conhecia, a ele e a mim. E tudo e ele punha-se com  
535 aquelas coisas [impercetível] com aquela língua a fazer-me aquelas coisas junto ao rio (risos).  
536 Não, não... Mas, eu ocupava-me, levantava-me, acendia logo a televisão porque era a minha  
537 companhia.

538 E.: **Era a sua companhia?**

539 P.: Sim, era.

540 E.: **E agora veio aqui para o lar tem estas pessoas...**

541 P.: Não falo muito, não falo porque tenho, tive estas duas...

542 E.: **O que é que gosta mais... O que ia dizer desculpe?**

543 P.: ... Eu tenho estas doenças das pernas que me fizeram entristecer, sim, porque se eu  
544 pudesse andar eu ia sempre. Eles vêm-me buscar para eu ir jantar fora. Ainda agora pelos anos  
545 da minha filha vieram-me buscar, mas eu não quis ir.

546 E.: **Claro, com essas dificuldades...**

547 P.: Mas, sim. Mas depois fui no dia de carnaval fui comer com eles fora, não fui no dia dos  
548 anos, mas fui... Mas é as pernas que não posso andar. Ainda agora eles foram-me buscar eu  
549 assim: - “Vocês não sabem que eu não posso andar? Vós procurem outras pessoas para fazer  
550 essas coisas que essas meninas querem, para os seus exames, essas coisas, que eu já não sou  
551 mulher para fazer”, dizer nada destas coisas. Estou a falar, estou a falar a minha vida, como é  
552 realmente...

553 E.: **Sim, Sim.**

554 P.: ... “Não é porque, porque eu não sei dizer nada para essas senhoras e assim vocês levam  
555 outra gente”. Mas, não... Mas eles sempre me procuraram e irão de procurar e assim. Pronto,  
556 ainda agora houve qualquer coisa também... E ele, e ela, uma Doutora daqui... veio tanta



557 gentinha que há ali... E vieram boa gente, pois claro! Gente da alta e gente da baixa aqui... Que  
558 está tudo aqui.

559 **E.: Sim.**

560 **P.:** Foram aqui felizes, fizeram aqui tudo... Esse já faleceu mas, está aqui gente de todo o lugar,  
561 tudo misturado.

562 **E.: Sim.**

563 **P.:** E está aqui gente que não tem instrução nenhuma. Eu tenho só a 4ª classe mas tinha  
564 muitas *do* [com o] 3ª...

565 **E.: Isso às vezes não quer dizer nada.**

566 **P.:** Mas, tinha muita instrução devido à televisão tenho... De maneira que ela então disse que  
567 essa senhora anda grávida também. Andam aí as duas grávidas (Doutoras) ... E ela veio  
568 procurar-me e ainda por cima nesse dia até andava assim tristonha. Foi no dia que tiraram-nos  
569 fotografias, que nós temos estas fotografias. E agora vem: - "Oh, Dona E. deixe ver as suas  
570 mãozinhas. Mostra-me as suas mãozinhas?". Por acaso eu tinha marcado o cabeleireiro nesse  
571 dia à noite, lá... aqui e estava toda arranjadinha de mãos e tudo, eu mostrei-lhe as mãos, "Oh,  
572 vire!", tornei a virar e vai e ela olhou para mim: - "São estas mesmo". E eu fiquei assim: - "São  
573 estas mesmo... então, porquê Doutora? A Doutora assim: - "Por nada, por nada, a gente depois  
574 já vai saber". Fiquei... Mas passado um bocado fiquei a cismar, as minhas mãos "oh, meu Deus!  
575 Eu graças a Deus nunca mexi em nada de ninguém" (risos). Fiquei assim, mas não disse nada. E  
576 naquele bocado aparece-me um sinal: - "Dona G. venha ali! venha ali", estavam as Doutoras  
577 todas formadas as que estavam, todas formadas.

578 **E.: Sim, sim.**

579 **P.:** E estavam... Estavam a tirar as fotografias. Tiramos todas... E elas estavam lá para tirar as  
580 fotografias também. Lá fui eu... Eu já me tinha despido porque já tinha tirado as minhas  
581 fotografias. Estava tudo preparado porque também tinham fotografias boas para tirar...

582 **E.: Exato.**

583 **P.:** ... Até tinha lá uma, para eu meter no cemitério, quando eu morrer. Que eu tenho as  
584 fotografias para tirar, tinha tirado para lá, e lá fui eu, eu assim: - "Então já tirei a roupa e agora  
585 vou tirar fotografias para quê? Já não estou em condições como estava, não era?", - "Venha,  
586 não faz mal. Venha lá". Eu lá fui, a [impercetível] levou-me e eu fui lá, e então estavam à minha  
587 espera para tirar as fotografias da senhora que me passou [impercetível] (risos) porque quis  
588 que eu fosse [impercetível] mas foram as minhas mãos que lhe serviram para tirar, para pôr as  
589 mãos em cima (risos) eu: - "Oh, senhora Doutora!". Eu quando vi fiquei logo numa ternura,

590 que eu ai assim “oh meu Deus isto é uma responsabilidade muito grande!”, porque no meu  
591 tempo quando as pessoas andavam grávidas diziam-me logo “olha que tu não deixes mexer na  
592 barriga”, a minha família “não deixes, porque a gente não sabe quem vem fazer mal, e era  
593 assim”. E agora, era assim “e se acontece alguma coisa à criança, eu fiquei logo aflita. E se  
594 acontece alguma coisa à criança?”.

595 **E.: É agora as pessoas têm, são diferentes.**

596 **P.:** Então eu fiquei... São coisas que muitas da vezes podiam chamar outras pessoas, não é?  
597 Que há ali gente, pois claro!

598 **E.: Oh Dona M., o que é que a Dona M. gosta mais de fazer, agora?**

599 **P.:** Gosto de fazer tudo. Eu fiz tudo também, tinha boas mãozinhas, que a minha mãe  
600 trabalhava...

601 **E.: Mas depois do seu marido falecer o que é que gosta mais de fazer?**

602 **P.:** Nada. Não faço nada. Fazia só a vidinha de casa. Gostava muito de ver a minha casa linda,  
603 porque a minha casa era o meu mundo! Eu dizia sempre, eu não gostava de sair porque eu  
604 tinha a casa linda à minha maneira, não é? Não era rica, tinha...

605 **E.: Era um espaço onde...**

606 **P.:** Mas, era a minha casa.

607 **E.: E aqui no lar, o que é que gosta mais de fazer?**

608 **P.:** Não faço nada, nada. Não faço nada porque eu não vejo.

609 **E.: Mas conversar ou ir...**

610 **P.:** Também sou pouco de conversar. Não gosto de conversar. Dou-me bem com toda a gente.  
611 Gosto de conversar. Conhece-os lá todas, porque elas estão lá todas também daqui da Beira  
612 Mar, nossas colegas ainda solteiras!

613 **E.: Conhecem-se todas?**

614 **P.:** Todas, cá de dentro! Lá estamos todas as 7 meninas, que éramos colegas todas de  
615 domingos e todas daqui da Beira Mar e a gente estamos aqui, como a gente [impercetível].  
616 Ainda agora há 15 dias faleceu uma nossa colega, que estava mesmo ao pé de mim. Eu  
617 também não fiquei bem da cabeça, também não fiquei assim...

618 **E.: O que é que gosta menos de fazer? Depois do meu marido falecer o que é que gosta  
619 menos de fazer, o que é que lhe custa mais fazer?**

620 **P.:** Eu não sei, porque eu não faço nada, ainda não faço nada (risos).

621 **E.: Vai fazendo aqui... vai fazendo coisas...**

622 P.: Às vezes estou sentadinha. Estou sentada ainda hoje. Ainda hoje antes de vir para aqui lá  
623 estava eu a cantar uma cantiga.

624 E.: Ah!

625 P.: Cantar sozinha, baixinho.

626 E.: Ah! Baixinho.

627 P.: Sim, sim. Estava a cantar sozinha. Eu tenho dias, não é? Porque eu também sou um bocado  
628 poeta.

629 E.: Ah!

630 P.: E também faço versos. Muitas vezes estou caladinha. Às vezes faço outras (quadras). Ainda  
631 hoje fiz 2 versos assim à toa, mas pronto. Lá foi. Mas às vezes lá faço. No outro dia ia no carro  
632 com a minha filha e com o meu genro e vinha a cantar [impercetível] ... e eu assim para a  
633 minha filha: - "Olha, E. já fiz uma quadra para o paizinho", ela assim: - "O que foi mãe?".  
634 Vínhamos no carro e de repente...

635 E.: De repente veio, de repente lá lhe veio...

636 P.: ... Coisa que ele tinha, tem versos lindos feitos no jazigo. Os meus versos estão lá. Estou à  
637 espera que (quando eu morra) a minha filha complete-os, porque ela só pôs uma quadra (no  
638 jazigo). Esta que ela pôs, que ele não queria que eu pusesse.

639 E.: Não pode ocupar o espaço.

640 P.: Ela é grande, tem 2, são 2.

641 E.: Sim, sim.

642 P.: Fica uma para cada filha. Fui eu, eu tinha feito isso, que era uma quadra, que posso dizer?

643 E.: Pode, pode.

644 P.: Era: "Esta casinha, ginzela [a mais bonita], é uma roseira florida, para aqui irá morar todo o  
645 amor da minha vida" passarão, esta é que está no livro, mas tem a continuação.

646 E.: No seu marido?

647 P.: Minha sim. Fui eu que fiz estas. Eu tinha feito, ele (marido) não queria. Mas, os meus netos  
648 começaram "poiam, poiam, faz avó".

649 E.: Então fez, já tinha feito, fez quando ele estava doente ou fez depois?

650 P.: Vivo, ainda estava doente.

651 E.: Fez ainda estava vivo.

652 P.: Eu fiz para oferecer à minha filha no dia dos anos, dos meus anos, dia 20 de março e levei-a  
653 lá. Ouvia-se gritos da minha casa que podia ter morrido gente, que elas (filhas) não sabiam que  
654 eu tinha feito o jazigo porque era para comprar a minha casa e não comprei, porque a minha

655 filha não queria, e queria que eu fizesse o jazigo porque já sabia que o pai falecia, e queria uma  
656 coisa boa para o seu pai. E eu então fiz aquilo sem ela saber. Levei-a lá ao cemitério e ela foi  
657 ver, e isso chocou-a muita, não é? E depois isso tinha um seguimento que era assim: “Passarão  
658 anos e meses, num dia irá chegar, eu ficarei à espera, rezarei sem ter altar. Num dia virá o pai  
659 e virão as filhas também, depois virão os netos para o pé de sua mãe”, isto é o que está para  
660 pôr, eu só fiz aquela que está...

661 **E.: Aquela que está.**

662 **P.:** Sim, fiz...

663 **E.: Muito bonito.**

664 **P.:** Então, ela (filha mais velha) está à espera, *estou* [está] à espera que eu um dia vá, pois  
665 claro, e ela então quer meter (versos).

666 **E.: Então a Dona M. fez, enquanto lá vai fazendo...**

667 **P.:** Uns versos, então... Quando é os fiéis levo sempre uma quadrazinha linda, eu não, que  
668 agora já não vou lá...

669 **E.: Mas entrega.**

670 **P.:** Entrego à minha filha, a minha filha está lá sempre com a campa linda, linda sempre!... Que  
671 ela é toda briososa, vai...

672 **E.: E ela leva-lhe, leva.**

673 **P.:** Leva. Tem sempre qualquer coisa. Este ano, foi este ano que eu *lá vou* [lá fui] ... foi. Ele  
674 (marido) não gostava muito. Eu gosto, ele não gostava muito. Mas ele também gostava, mas  
675 ele ligava, tudo o que ele queria era a música, mas ligava que ele não dava assim...

676 **E.: Não dava tanto valor.**

677 **P.:** Não, mas era uma rosa, mas é que eu fazia... faço os versos, faço o poema e faço logo os  
678 versos. Não sei fazer o poema sem os versos. Faço a música também. É muito difícil, e ele tinha  
679 um bocado de inveja (risos).

680 **E.: Oh, Dona M. ...**

681 **P.:** Eu dizia este poema, diziam que: - “Uma rosa vermelha, uma rosa vermelha de mim para ti  
682 é paixão, só Deus sabe o que sofre a minha alma por ti e o meu coração” e iam namorando no  
683 meu ramo levava muita gente paravam para ver, *paro* [paravam] para ver.

684 **E.: Muito bonito.**

685 **P.:** Mas depois deixei isso. Depois que fiquei assim, então deixei mais disso.

686 **E.: Deixou e...**

687 **P.:** Deixei mas faço assim pelo S. João. Faço aqui, já tenho quem venha.

688 **E.: Ah faz aqui para a instituição?**

689 **P.:** Faço os versos para o S. João, para o S. Pedro e para o S. António. Faço e vêm aí, que elas  
690 metem aí, a minha filha põe. E já ganhou, já ganhei uma, eu assim: - “Isto (não) vai ganhar, não  
691 vai ganhar nada, isto não presta para nada”, mas ganhou, ganhou 30 e tal pontos e passou  
692 [impercetível] (risos).

693 **E.: Muito bem. Temos poeta!**

694 **P.:** E às vezes faço assim estas coisinhas sozinha, a escrever porque a mim esquece-me, se eu  
695 soubesse escrever...

696 **E.: Era mais fácil...**

697 **P.:** Era mais fácil e já tinha feito um livro da minha vida, mas não sei escrever (escreve com  
698 muitas dificuldades).

699 **E.: É, a vida dava um romance, não é?**

700 **P.:** Já a minha mãe, que Deus tem, dizia, e sabia muito menina, sabia muito contar histórias... E  
701 inventá-las, que a minha mãe, parece que a estou a vê-la mesmo à porta a canalha sentar-se  
702 toda no chão, aqui deitados no chão e eu também da mesma idade, e sentados no chão. E eu  
703 (ela) *inventar as histórias todas da minha* [inventava as histórias todas da sua] cabeça e a  
704 minha mãe dizia assim para a minha, para elas, que aqui na Beira Mar usava-se, conhecia  
705 vinham até à porta do caminho aquelas mulheres e tudo e a canalha. Era muita canalha!  
706 Brincavam! A minha mãe dizia, usava-se aqui na Beira Mar, usava-se o [impercetível], ela está  
707 a inventar tudo da cabeça dela, nem eu sabia, nem elas sabiam o que ela está a inventar.  
708 Queriam saber. E não era, já era aquela pureza que ela tinha [impercetível].

709 **E.: Oh Dona M. só mais uma perguntinha para terminarmos, a Dona M. sempre não teve**  
710 **muitas dificuldades económicas, financeiras?**

711 **P.:** Tive no princípio, como disse, quando ele adoeceu, esteve doente...

712 **E.: Teve apoios da segurança social? Teve apoio?**

713 **P.:** Não, não havia nada disso.

714 **E.: Não teve nenhum apoio económico, reforma?**

715 **P.:** Não, nem vê-lo. Não havia reforma, ele era novo.

716 **E.: Mas quando ele estava doente...**

717 **P.:** Quando ele estava doente não precisava. Ele tinha, ele já era professor, já estava tudo bem.

718 **E.: Pronto, já não precisava.**

719 **P.:** E trabalhava muito, não é? Depois desses 6 anos é que não. Nós estávamos bem, tínhamos  
720 tudo o que precisávamos. Se eu não estivesse bem eu não vinha para aqui, porque isto

721 também não é nada barato, não é? Tive que vender a casa que ela não ficava a fazer nada. Eu  
722 tive que, realmente, vendê-la.

723 **E.: Claro.**

724 **P.:** Mas tive de gastar aqui um dinheiro. A reforma dele e a minha não dá para tudo, para isso,  
725 porque eu tenho muita despesa, e só em medicamentos...

726 **E.: Claro, tem a sua...**

727 **P.:** Medicamentos [impercetível] 30 contas de reis por mês é muito dinheiro todos os meses.  
728 Fora os médicos particulares que tenho, não é? Mas, não. Não tive dificuldades, mas paguei,  
729 paguei tudo. Paguei o funeral dele, *tive* [estive] ali 6 anos a gastar ali tanto dinheirinho... E eu  
730 sabe que nunca precisei de socorrer, de pedir nada a ninguém, nem às minhas filhas, nunca as  
731 obriguei...

732 **E.: Tinham as vossas coisas.**

733 **P.:** ...“Vamos pagar o funeral, vocês ajudam-me a pagar isto”. Nunca. Nunca pedi nada às  
734 minhas filhas para nada, nada isto. Estou aqui se o dinheiro chegar até ser viva tudo bem.  
735 Senão a minha filha (a filha mais velha), a E. cobre o que faltar, não é? Eu isso, eu penso que  
736 não vou chegar aos 100 anos.

737 **E.: Nunca se sabe!**

738 **P.:** Até lá, até aos 95, ainda tenho dinheiro para cá estar. Eu julgo que não vou ficar, e Deus  
739 permita que não (risos).

740 **E.: Olhe Dona M. acabávamos. Eu fiquei muito contente por conversar com a Dona M.**

741 **P.:** Eu não pude responder melhor.

742 **E.: Respondeu muito bem. Nem sempre é fácil falarmos sobre estes assuntos, são mais  
743 delicados...**

744 **P.:** São.

745 **E.: São mais difíceis de falar e eu agradeço -lhe.**

**ID 9**

1 **E.: Neste momento, a Dona L. sente-se em luto? Isto é, a Dona L. sente ainda dor,**  
2 **sofrimento?**

3 **P.:** Sinto uma grande saudade.

4 **E.: Sente uma grande saudade. Mas sente, neste momento ainda tristeza, dor?**

5 **P.:** Sim dói, ainda dói!... Há muito pouco tempo, ainda dói!

6 **E.: Quando eu falo em luto, falo do luto que nós fazemos com a perda. E a Dona L. ainda**  
7 **sente muito o luto.**

8 **P.:** Sim, sim. Há qualquer coisa cá dentro... [impercetível] (emocionada).

9 **E.: Eu agora gostava que a Dona L. me falasse um bocadinho da sua vida, das suas origens,**  
10 **dos seus pais, do seu trabalho...**

11 **P.:** Do passado?

12 **E.: Do passado, sim.**

13 **P.:** De criança até aqui?

14 **E.: Sim, sim.**

15 **P.:** Lembro-me que andei na escola infantil. Da escola infantil fui para a escola primária. Na  
16 escola primária as meninas do meu tempo faziam a 4.ª classe, e depois da 4.ª classe quem  
17 podia continuava os estudos. As que tinham possibilidades iam para o liceu, as que não  
18 tinham, que os pais podiam menos, como os meus... Já vivia só com a (minha) mãe nessa  
19 altura, estava separada do (meu) pai.

20 **E.: Ai os seus pais estavam separados?**

21 **P.:** Já, já. Estavam separados... E eu fui para a Escola Comercial (De) Fernando Caldeira, em  
22 Aveiro. Aí fiz o meu curso. Depois do meu curso trabalhei primeiro numa casa, papelaria  
23 tipografia.

24 **E.: Quantos anos tinha Dona L.?**

25 **P.:** Tinha 18.

26 **E.: Dezoito?**

27 **P.:** É, quando...

28 **E.: Quando foi lá trabalhar?**

29 **P.:** Não, quando fui trabalhar com 18 (anos), já estava como analista [profissional de finanças].  
30 Já estava como analista [profissional de finanças], já. Ora, 11, 12, 13, 14...tinha 15 anos.  
31 Quando acabei o curso tinha 15 anos. Eram 3 anos na altura. O nosso curso era muito bom,  
32 porque o nosso curso dava acesso ao 5.º ano. Porque o 3.º (ano) era do comercial e *tive valia*

33 [equivalia] ao 5.º do liceu. Só tínhamos que estudar um pouco de álgebra, que não tínhamos  
34 na escola comercial e um pouco de inglês, porque nessa altura era o francês a língua universal.  
35 Era o francês e, por isso... era o francês que nós fazíamos, o curso de francês de 3 anos e  
36 depois tínhamos que aprender.

37 **E.: E a Dona L. fez isso.**

38 **P.:** Não, porque eu não fui para o liceu, porque a minha mãe não tinha possibilidades de (eu)  
39 continuar... para ir para a universidade.

40 **E.: Exato. Exatamente.**

41 **P.:** Está a perceber? Fazíamos o 3.º ano, entrávamos no escritório e saíamos boas escriturárias,  
42 não é? E contabilistas. Não... naquela altura, só nos foi dado, aquelas que seguiram, não é? O  
43 que eu segui e aqueles anos de trabalho, depois de “x” anos de trabalho, a quem tivesse num  
44 escritório tantos anos, foi-nos dado uns documentos que preenchemos, para podermos  
45 escrever nos livros de lado. Assinar os livros dos lados, não é? Os livros de lado, que  
46 antigamente [impercetível], por aí fora... era tudo manipulado à mão. Não havia máquinas.  
47 Mais tarde, depois é que começaram a haver, já quando eu tinha aí 20 e tal anos... *Prós* [para  
48 os] 30, aí é que começaram a haver, aí assim, as primeiras máquinas. Ainda eram as máquinas  
49 só de escrever, era tudo nas máquinas... Como é que eu (hei-de) de dizer?

50 **E.: Era naquelas máquinas de escrever, antigas... Sim, sim. E a Dona L. tinha irmãos?**

51 **P.:** Não. Tive da parte do meu pai, 2 (irmãos).

52 **E.: Mas então, não tinha muito convívio?**

53 **P.:** Não, não. Da minha mãe eu sou filha única. Foi ela que me criou, que me ajudou, que me  
54 vestiu, que me ajudou pela vida fora. Aos netos e tudo, foi a minha mãe, que o meu pai não  
55 pode. Deu muito amor (pai). E eu, até à morte dele, fui sempre visitá-lo. E, por fim, ainda lhe  
56 levava uma coisinha, e ainda fui eu que lhe arranjei a reformazita. Porque o meu pai  
57 estabeleceu-se mais tarde, mas como eu existia e depois teve 2 filhos da idade... que já eram  
58 tios, eram tios dos meus filhos. Eles até eram tios dos meus filhos!...

59 **E.: Pois, pois.**

60 **P.:** De maneira que, olhe... é a vida.

61 **E.: E a Dona L., depois como é que conheceu o seu marido?**

62 **P.:** Eu conheci o meu marido num baile. Tinha 14 anos, a fazer 15.

63 **E.: Então a Dona L. costumava muito ir aos bailes?**

64 **P.:** Sim, era o que nós tínhamos. Primeiro, até aos 12 aninhos era o cinema, que tínhamos  
65 entrada gratuita. Mas era assim: duas a duas iam passando para a porta do cinema e depois,



vá quietinhas, sentadinhas à 'matinê' (a ver o filme). Depois começávamos, assim, a olhar para a sombra (olhar para os rapazes) e pegávamos às vezes também num envelope fingido [impercetível]. E era assim, crianças... 14 anitos, 15, por aí fora... Comecei a namorar (com) o meu marido. Ele pediu-me em namoro, e eu tinha 15 anos. Faziam-me vir dizer: - "Olha, o J. diz que te vai pedir em namoro" - uma colega minha, "Vai pedir (em) namoro?! Mas que vai pedir (em) namoro (a) uma menina que gosta muito dela, e sabe que ela também gosta dele". E gostava! E ele escreveu-me uma carta, que está escrita na minha ideia, na minha memória! Quer *transmiti-la* [que eu a transmita]?

**E.: Pode dizer.**

**P.:** Ele escreveu-me então uma carta que dizia: - "L., L., amor, quererá corresponder a este belo sentimento que em mim fez nascer, oh como seria ditoso! Aguardo ansiosamente uma resposta que muito desejaria que se escrevesse com estas 3 letras: S, I, M. Creio-me nesta singela declaração, J. P. G.". E, desde aí, depois um dia veio ter comigo...

**E.: Era um homem inteligente.**

**P.:** Era culto. Também tinha assim um bocadinho de cultura. Também foi só com esse cursozinho, e foi mecânico, trabalhou nos automóveis, como mecânico. Gostou sempre do volante e a vida dele mais tarde, foi mesmo trazer da casa Opel de Lisboa os carros, todos os carros, grandes, pequenos, camionetas, os 'chassis' [quadro que suporta o motor e a carroçaria de um veículo], não é? E assim, para o Stand Auto Justino, em Aveiro, que é muito conhecido o Stand Justino, tem várias empresas em vários os lados, mas em Aveiro... Foram os últimos anos dele, foi lá...

**E.: E a vossa vida como casados e depois com filhos, como é que foi? Como é que era a vossa vida como casados?**

**P.:** Na minha casa nunca se pregou [pegou]. Nunca fui conflituosa. Talvez tivesse as minhas razões, talvez hoje até nem fosse tanto assim, deixar de ir para lá ou assim, mas não, quer dizer, pensei sempre mais com a cabeça do que com o coração. Sempre, ainda hoje. Mesmo aqui, estou aqui e estou a pensar. Eu podia ter juntado um montinho grande... se eu não tivesse dado, se eu não (tivesse) feito, porque eu dei um enxoval às netas, fiz aos netos, eram 4, não é? E eu fiz o enxoval e um dizia-me: - "Oh avó faz para mim que eu também quero, essas coisas que andas a fazer para as minhas irmãs". E o outro já não dizia assim: - "Avó se [impercetível] lá alguma coisa, mandas-me uns tostões?". E eu tinha um porta-moedazinhas, onde ia pondo as moedinhas brancas, aquelas que eu entendia, não é? E ia ajudando quando um vinha, ou assim: - "Oh filho vai ao porta-moedas e vê o que lá está", e depois vinha outro

mais tarde, e ia juntando, e era assim... Fora quando era anos ou outras coisas era diferente, não é? Quando fazíamos anos, o meu marido gostava de ver a casa cheia, e vinham os filhos, e vinham os netos e a avó (avó paterna) ... Era tudo cheio de flores, a minha casa era cheia de flores. Era uma alegria muito grande! E o meu marido, então, ia buscar tudo para dar, os vinhos, tudo... Quando morreu (marido), um deles (filho) não se interessa assim muito, mas o outro é mais disso... E assim falta lá muita coisa (na casa) também e assim... E agora está lá a enfeitar a casa deles. A minha casa está fechada e eu disse: - “*Olhe* [Olhem] filhos a roupa está-se a estragar”. E eu... Estava lá muito trabalho feito à mão, não é? Rendas grandes, lençóis, bordados e assim...

**E.: E então ficou para eles.**

**P.:** E então eu disse: - “Não, que se está a estragar tudo, ide lá, que os lençóis...”, antes era 1,80m, agora 2m e 2m e tal. E então eu disse: - “Olhem filhos, *reparti* [repartis] por vocês, os lençóis mais estreitos dá para a cama das meninas [impercetível] e por aí fora, não é? e assim”. E eles lá foram. E ultimamente: - “Olhem estão lá coisas, e a casa também está fechada pode ser assaltada, vamos levar as coisas de mais valor, não é? Repartam”. O meu filho, o mais velho, fez uma casa nova: - “Vê lá o que te serve, se *vão* [vais] lá tu, mais o teu irmão”, e foram lá discursar entre eles: - “Olha lá!”, o mais novo disse para o mais velho: - “Tu (o) que queres levar? Olha, que serviço queres?” E diz um: - “Eu quero do café”, - “Então eu levo do chá”. E lá assim fizeram, e levaram assim. Alguma coisa que eu tivesse de muito valor, que eu tinha em casa, que talvez não há mais nenhuma no mundo, que é uma espada de um general, de 2000 que fez agora 100 anos... [impercetível] Pode ser perigoso...

**E.: Só eu é que ouço, não se preocupe. Olhe Dona L., agora gostava que me falasse um bocadinho sobre quando o seu marido já estava doente, como é que foram as coisas? Como é que aconteceu?**

**P.:** Aconteceu que o meu marido saiu-me de casa... Lá de vez em quando tinha de ir ao hospital apanhar um pouco de oxigénio. E, naquele dia, deve-se ter sentido mal e, sem eu me aperceber... telefona...

**E.: Desculpe, ele era mecânico...**

**P.:** O meu marido estava como vendedor de automóveis.

**E.: Mas assim, já numa fase...**

**P.:** Sim, mas não fazia as vendas, andava a transportar. Mas para não ter horas extraordinárias, nem ter horário, não é? Estava como vendedor. Mas o vendedor tem um vencimento pequeno, mas tem “x” por cada carro que vende e, como o meu marido não vendia, tinha

aquele “x” para mais qualquer coisita, mas nem era 8 nem 80, entende? Pronto, era só como vendedor, porque não podia dizer que era baixo de mais, nem... depende das horas extraordinárias, pronto. No fim, o patrão, ao fim do ano dava uma retificação, chamavam-lhe a [impercetível] ... porque ninguém sabia de ninguém. Cada um recebia o seu envelope e todos fechavam a boca, não mostravam a ninguém.

**E.: E então ele começou a ficar doente...**

**P.:** O meu marido, então no fim dele então, às vezes já estava... E às vezes não tínhamos *a ver* [sobre] o que falar e assim, e logo naquela tristeza, ele ia buscar o terço. Punha-me o terço na mão e rezávamos os dois. Eu *disse* [dizia]: - “Puseste o terço na mão e agora vais-me oferecer?!”, – “Não, reza tu, reza tu...”. Rezávamos pelos outros, pelas outras pessoas.

**E.: E a Dona L. é que cuidava dele?**

**P.:** Sim, pois, cuidávamos um do outro. Quer dizer, ele nessa altura cuidava mais de mim, do que eu dele.

**E.: Aí a Dona L. já se encontrava...**

**P.:** Eu já estava sentada. Já lavava a loiça sentada num banco.

**E.: Aí a Dona L. já andava na...**

**P.:** Eu não andava na cadeira de rodas.

**E.: Mas já tinha dificuldades...**

**P.:** Sim. Ele (marido) comprou um banco articulado, na Feira-Nova, que viu e eu já lavava a loiça sentada. Abria a porta do armário, tinha um tapetezinho e, então eu já não podia estar de pé, não aguentava estar de pé. Até um minuto, um minuto e meio para estar de pé, mas canso-me muito, porque *me levanto* [levanto-me] umas 10 vezes ou mais por noite, suponhamos, desde as 8 da noite até às 6 da manhã, e urino 1L e tal de urina.

**E.: Mas quando o seu marido estava bastante doente, então...**

**P.:** O meu marido foi coisa de 1 mês e pouco, nem chegou.

**E.: Foi para o hospital...**

**P.:** Foi para o hospital... Naquele dia, já tinha ido mais vezes... O médico deve ter telefonado ao (meu) filho, e o (meu) filho foi buscá-lo. E quando veio: - “Olha vou com o nosso filho ao hospital apanhar um bocadinho de oxigénio e já venho” (marido) ... Não veio... O meu filho veio-me dizer: - “Olha mãe ele apanhou um médico novo e o médico novo disse que ele esteve lá em tal dia e tal dia, quer dizer em espaços pequenos tinha lá entrado umas 3 vezes, não é? Ou num mês que *fossem* [fosse] 2 vezes ou 3, e ele (médico) entendeu que podia fazer um tratamento que era melhor. Não foi. Apanhou um vírus e depois o meu marido era uma pessoa

assim com uma certa personalidade. Ele saía de casa sempre todo asseado, engravatado. Ele não sabia se ia falar com o varredor, se ia falar com o ministro e, por isso, foi sempre assim e era uma coisa que o patrão admirava nele. Tinha um filho que andou a estudar, mas também não deu nada. Ele era engenheiro, e chamava engenheiro às vezes ao filho, e ele aceitava mas ele não era engenheiro. E, para fazer o 7.º ano teve que ir para fora, que nem cá conseguiu fazer.

**E.: Então a Dona L. ...**

**P.:** O meu marido foi então, saiu, e ele chegou... E acho que disse ao filho: - “Nunca mais vais-me ver a mim e à mãe” (choro). E ele agarrou-se, telefonou e disse: - “Mãe prepara-te já, já, já, que eu vou-te aí buscar”. Eram 11 horas menos 20 ou meio-dia menos 20, meio-dia menos 20. “Prepare-se que vou já te aí buscar”. Ainda tive tempo de fazer um *pente* [pouco] de aletria que é o que se faz mais rápido, não é? Para lhe ir levar e ele foi-me buscar. Primeiro pedi se podia entrar, que estava naquilo dos homens, como não sabia se podia entrar, nem fui. E pronto, mas ele (marido) nem soube que me telefonou... Disse que me ia buscar. Foi-lhe dizer depois (filho): - “Fui buscar a mãe. A mãe está aqui”. Preparou-o, não é? As últimas palavras que eu ouvi do meu marido *foi* [foram] (choro) ... Ele disse: - “Casa, casa, casa que isto é um inferno!”. Eu chego ao pé dele, do meu marido e vejo uma garota, digo uma garota, uma mulher já casada com filhos, que estava lá empregada, e que o tratava bem e assim, não é? Mas é aquela coisa, quando eu vi aquela miúda que nasceu-me ali ao lado, ao meu lado, não é? Numa casa ao meu lado e assim, na casa dela, da mãe dela, mas estava lá empregada... e disse para o meu marido, as palavras que eu ouvi primeiro: - “Oh J., tu queres que te mude a fraldinha, não queres?”. Aquilo tudo, aquela pequena a tratar o meu marido por tu! Era uma pessoa com personalidade e assim, aquilo para ele deve-o ter magoado, assim, interiormente, não é?...

**E.: Mas sabe Dona L., ele disse-lhe aquilo foi porque ele queria era que a Dona L. continuasse a ser feliz, apesar dele... Como sabia que estava no fim da vida.**

**P.:** Ele chegou-me a dizer e estava (vivo) e ainda disse, ele deixou de ouvir... Ele ouvia mal nem com aparelhos, nem nada cada passo que dava era cada martelada que ouvia na cabeça, que teve de os tirar fora. Mas nós falávamos assim e...

**E.: Então a Dona L., antes de ele ir naquele mês, ele é que acabava por cuidar mais...**

**P.:** Ele é que ia buscar as coisas, perguntava-me o que eu queria. Eu governava a casa, governei sempre a casa. Olha trás isto ou trás aquilo, ou mais aquilo ou menos aquilo. Ele ia, levava o

197 carrinho na mão, era atravessar a rua, mais um bocado a baixo, não é? (até) ao supermercado.  
198 Ele trazia as coisas e gostava de ir.

199 **E.: E para arrumar a casa?**

200 **P.:** Tinha uma mulher. Ah pois! Tinha uma mulher para fazer a limpeza à sexta-feira e mais  
201 tarde vinha mais vezes... se eu precisava.

202 **E.: Sempre que precisava.**

203 **P.:** Ah pois! Já não era eu, quando eu não podia... Não! Não! Não!

204 **E.: Mas a Dona L. ... Qual é o problema que a Dona L. tem?**

205 **P.:** O meu problema é os joelhos, quase toda a família sofre dos joelhos. Já a minha mãe  
206 também sofria dos joelhos, não é? Não queriam que eu fosse operada. Fui ainda operada ao  
207 joelho com 80 anos, já tinha feito 10 operações.

208 **E.: Pois, pois.**

209 **P.:** Uma inédita! Foi uma hérnia esofágica, que é dentro do meu estômago, foi tirada uma  
210 bolsinha, onde se ia depositando o bocadinho do comer. Quando essa bolsinha enchia dava-  
211 me aquela grande dor e “ai, e vem tudo fora, lá vem a dor!”. Então, ajoelhava-me, preparava-  
212 me, não é? Punha uma bacia à minha frente, um tapete e assim, enquanto não me vomitasse  
213 toda. Era para ser operada aqui no hospital de Aveiro, mas o médico foi tão consciencioso que  
214 no dia, estava preparadinho para a operação, e ele disse: - “Tem de ser operada, mas já não é  
215 hoje e vai para Coimbra”. E eu é que lhe disse: - “Senhor Doutor se eu vou para Coimbra, por  
216 favor deixe-me ir para os Covões”. Ele sorriu, soube logo o que eu queria dizer. É que nos  
217 Covões, havia um médico, um professor, mas um professor de muita categoria, Aveirense, que  
218 estava nos Covões. Ele apercebeu-se... Eu disse assim: - “É assim Senhor Doutor, andámos na  
219 escola infantil juntos”... Ele (era) mais velho um ano mas era uma sumidade [pessoa  
220 inteligente] realmente como professor... E chegavam ali eram salas de 6 pessoas...

221 **E.: E o seu marido ia consigo...**

222 **P.:** Ah, sim. Nunca me abandonou. Eu estive 2 meses, em Coimbra para fazer esta operação  
223 inédita, em exames...

224 **E.: Ele estava sempre.**

225 **P.:** ... Em exames. E eu só vim 2 vezes a casa durante esse espaço de tempo, dois fim de  
226 semana a casa, e ele nunca me falhou um dia, vir a Coimbra. Eu dizia: - “Não venhas, homem,  
227 então nem estou operada ainda nem nada e está tudo bem”. Ele fazia questão, nunca me  
228 falhou um dia.

229 **E.: Quando estavam em casa, tinham os filhos, etc., já casados, o que é que faziam os dois?**  
230 **De vez em quando, para além de trabalhar?**

231 **P.:** É, eu tinha mãe, e tinha sogra, e tive sogro, e tratei dos 3. Quando fiz a minha casa...

232 **E.: Desculpe Dona L., a Dona L. quando casou cuidou da...**

233 **P.:** Eu fiz um casamento muito mau, filha.

234 **E.: Mas deixou de ir para a sua casa? Ficou no seu lar a cuidar da casa?**

235 **P.:** Não, que eu nem fui para a minha casa. O meu marido dizia-me: - “Ah, vamos casar e  
236 vamos para a minha casa”, – “Não, não, quando me casar quero ir para a minha casa”. Ter uma  
237 casa e tal... “Ai porque e tal...” (marido). E andou nisto 3 meses, a ir porque vamos, porque  
238 senão nunca mais nos casamos e mais aquilo, mais aquilo, olhe não deu de tal maneira, que eu  
239 vou [fui] assim... Vem num dia melhor lá fui, mas sem saber como. Compreende? As condições.  
240 E quando me casei fui para casa da minha sogra, e o meu marido continuou a dar dinheiro à  
241 mãe, e nunca me deu dinheiro a mim. Nunca me pôs na minha mão um tostão, entende? E a  
242 mãe nunca me deu um tostão. Não me dava um tostão. E estive até aos 5 meses, grávida, até  
243 aos 5 meses... Aos 5 meses, a minha sogra viu...

244 **E.: A Dona L. já não trabalhava como analista?**

245 **P.:** Não. Já estava em casa. Pois, aí é que foi... O meu mal foi esse. Foi ele... quis tirar-me do  
246 trabalho. Eu saí do meu trabalho...

247 **E.: Antigamente, as mulheres ficavam em casa.**

248 **P.:** ... E ao fim de muitos anos. Tive [Estive] 10 anos em Águeda, e ao fim de 10 anos é que eu  
249 passei, faltava uma analista [profissional de finanças]. Foi quando eu fui tirar o curso, porque  
250 naquela altura não tinha curso. Fazia por fazer, porque aprendi, não é? Com o filho do patrão.  
251 Depois é que fiz esse curso.

252 **E.: Sim, sim. Mas então a Dona L. quando era casada deixou de trabalhar?**

253 **P.:** Pois, casei e deixei de trabalhar, quando me casei. E não sabia o que ia ser da minha vida.  
254 Ao fim de 2 meses eu ainda quis voltar atrás, mas tive vergonha das minhas colegas, e assim...  
255 Ai então como é, a mãe é divorciada? Divorciada ainda não estava, mas *separámo-nos*  
256 [separaram-se]. O meu pai estava com outra mulher e assim, e eu tinha vergonha, não é?  
257 Então e agora a filha também... De maneira que calei tudo, compreende? E assim, desistia  
258 sempre. Ao fim de 5 meses, a minha sogra... então de grávida, viu que ia nascer uma criança,  
259 que ia dar trabalho, e trabalho não era com ela, que Deus nosso Senhor me perdoe, não é? E  
260 então, eu até me perco... Deixou-me ficar, e levou-me a casa, a Águeda, ao pé do marido, foi  
261 para lá (sogra foi para Águeda). Mas ela teve que ficar a pagar a renda da casa dela, e eu fiquei

262 lá a viver, onde ela vivia, porque era uma casa cara... Suponhamos, para lhe dar a entender, a  
263 minha mãe pagava 60 escudos por uma casa que eram 2 quartitos, eram pequenos, uma sala  
264 maior, uma cozinha também grande, um saguão [alpendre], uma dispensa e a retrete, porque  
265 não havia sanitários, naquela altura...

266 **E.: Então ficou com o seu marido em casa da...**

267 **P.:** ... Eu fiquei com o meu marido em casa da minha sogra. Depois, ela foi-se embora e então é  
268 que eu comecei a viver. Começou a vir o dinheiro para a minha mão, e eu fiz o enxoval ao pai  
269 (marido) e ao filho (que ia nascer).

270 **E.: Mas a Dona L. aí pronto, ficava em casa a tratar do lar?**

271 **P.:** Sim, sim, sim.

272 **E.: E o seu marido trabalhava?**

273 **P.:** Quando o meu filho mais velho fez 3 anos, a minha sogra entendeu que a criada (Dona L.),  
274 que lhe fazia falta, e então: - "Ai, porque estou sozinha aqui com o teu pai, etc... E venham  
275 para cá". E o meu marido, não sei o que lhe levou, tinha os seus amigos aqui, tinha tudo em  
276 Aveiro...

277 **E.: E foram?**

278 **P.:** E fomos, nunca disse. Ouvi uma vez o meu...

279 **E.: Mas depois voltaram outra vez. Depois voltaram outra vez?**

280 **P.:** Voltámos. Quando voltámos já vim para a minha casa. A minha mãe (é) que a fez, e que fez  
281 uma doação que ainda hoje é minha, não é dos meus filhos, é minha.

282 **E.: E quando estavam os dois em casa, sem ser a trabalhar costumavam conversar os dois?**

283 **P.:** Sim, conversávamos mas é, como é que eu hei-de dizer... Enquanto o meu marido  
284 trabalhou, trabalhava pois. Antes de estar reformado, chegava aquela altura e vinha para  
285 casa... sem ser assim...

286 **E.: E ele andava muito por fora também, não era?**

287 **P.:** Era, era, ele tantas vezes só chegava a casa quando ia buscar as viaturas, depois das 11  
288 horas (noite), sim às 11 horas (noite). Não... Era assim à meia-noite. Às 11 horas (noite), até às  
289 11 horas (noite) ele trocava (com) outro que parava em Pombal, que era um  
290 estabelecimentozinho. Agora é uma coisa enorme que fizeram, grande, subsidiada pelo estado  
291 já há muitos anos. Mas naquela altura, era ao lado de uma garagem, que era esse  
292 estabelecimento onde ele parava... que era muito amigo dessa gente, quando passávamos lá,  
293 Marquês... Não sei se tem ouvido falar da estrada.

294 **E.: Não. Não conheço muito bem.**

P.: E assim, que o estado subsidiou, e fizeram uma coisa assim grande... E o meu marido foi sempre um privilegiado quando aí chegava e tudo.

**E.: Olhe Dona L., agora vamos falar um bocadinho sobre a perda. O que sentiu após a perda do seu marido. O que é que mudou na sua vida com a perda do seu marido?**

P.: Mudou, que eu fiquei aqueles 4 meses... O meu marido faleceu, e no dia em que ele faleceu, 3 dias não pus uma lágrima. Não fui capaz de pôr uma lágrima, porque tinha havido anteriormente um problema grave, podia ter sido grave, não é? É que o meu marido partiu muito triste por causa de ter feito aquela asneira que fez, não é? Não [impercetível] (preocupada se alguém vai ouvir a gravação) ... Mulheres, mulheres...

**E.: Não se preocupe.**

P.: O meu marido não era um homem que fosse, não foi um marido que fosse só meu. O meu marido já estava habituado... Aí do tempo dele, aos sábados saíam e iam todos para a borga, iam para o Porto e apareciam às tantas da manhã. Naquela altura, há 60 e tal anos, 70, não é? [impercetível] Porque no fim, já a coisa mudou e assim, mas não, porque eu nunca o proibi de nada, fez uma vida, teve uma vida como ele quis, que ele fez. Muitas das vezes entrava-me em casa, olhe eu como sou muito remediada, como fui sempre muito poupada, e como vivi aqueles anos com a minha sogra... A minha sogra não fez o enxoval ao filho, quando eu fiz ao bebé que ia nascer [impercetível], mas ela pagava a renda primeiro, tinha lá as coisas dela e por isso... E mais tarde, então, fui para uma casa, separámo-nos (da sogra), eu podia. Estou a mudar de um assunto para o outro. Fomos lá outra vez, estávamos outra vez em Águeda, e eu pedia muito ao nosso Senhor. Faziam lá quadros vivos para a Páscoa, procissões, quadros vivos de nossa senhora, coisa e tal, e eu da minha janela, ele (marido) a dormir na cama e eu, da minha janela, via a procissão a passar lá longe, na ponte em Águeda e pedia muito à nossa Senhora: - “Nossa Senhora, que me arranje uma casa para mim, e para o meu marido, e para os meus filhos”. *Ajoelhava* [Ajoelhava-me] à janela... aos meus filhos, mas se nos zangámos, que a separação entre os [impercetível], e ele tivesse melhor (emocionada). O Senhor ajudou-me, passado pouco (tempo) houve uma coisa lá entre a minha sogra, e a senhora e tal, por causa de 2 casas, uma para cada uma. Mas durante essas 2 casas, ainda a minha sogra começou a pagar a dela e a minha, durante algum tempo. E depois, o meu marido foi entretanto... Tinha a vida que tinha para ir para outra, e entretanto a coisa começou a melhorar, e um dia a minha sogra chega lá com o dinheiro: - “Está aqui o dinheiro para pagar a renda daquela casa”, e eu não queria mais. E eu disse: - “Muito obrigada mas a partir de hoje a



327 senhora pode levar o seu dinheiro, que eu já não preciso do seu dinheiro para a renda da  
328 casa”.

329 **E.: Oh Dona L., mas o que estávamos a falar antes, estava-me a dizer o que mudou... Quando**  
330 **eu lhe perguntei, o que é que mudou na sua vida depois da perda do seu marido, falava-me**  
331 **daqueles meses...**

332 **P.:** Sim, esses 4 meses, pronto, então o meu marido falece, faleceu, eu não queria a coisa (a  
333 urna) aberta, ele (marido) queria, mas eu não queria não, bem basta ter-me despedido.

334 **E.: Estava, pronto... Tinha-me dito que não chorou...**

335 **P.:** Não, não tive lágrimas. A minha neta levou-me para casa dela que é perto do Porto, não  
336 interessa, perto do Porto, e levou-me para casa dela. Nem *tive* [estive] no funeral, nem nada  
337 porque estava à rasquinha para urinar, porque já estava ali há mais de 2 horas, não é? Antes  
338 de começar a missa, e assim. De maneira que quando... Nem vi o funeral sair, nem vi nada. E  
339 fiquei, assim, em estado de choque.

340 **E.: Exato. Ficou inicialmente.**

341 **P.:** Fiquei com a minha neta, uma das minhas netas. A mais nova levou-me para casa, lá para  
342 Francelos, e depois eu ouvia o telefone ao outro dia, e eu estava a compreender tudo, estava a  
343 compreender as respostas, porque sabia qual era a pergunta das respostas. “Não, ela é forte,  
344 porta-se bem, ela é forte, aguenta bem”. Porque não podiam chorar... Compreendi então que  
345 lhe *estava* [estavam] a perguntar como é que eu estava, não é? E eu entendia pelas respostas  
346 o que é que diziam. E isso foi 3 dias. Depois o meu filho foi-me buscar, *vim* [fui] para casa do  
347 meu filho, que também estive 3 dias. Ao fim de 3 dias em casa do mais velho eu disse: - “Não  
348 filho leva-me para a minha casa, olha que eu amanhã quero ir para minha casa!”, - “Queres ir  
349 Mãe? Já para a tua casa?”, - “Quero, leva-me para a minha casa”, - “Então, está bem, amanhã  
350 vamos, depois do almoço”. Assim foi, acabámos de almoçar, e ele trouxe-me para minha casa  
351 e fiquei na minha casa, sem qualquer receio...

352 **E.: Ia lá uma senhora...**

353 **P.:** A senhora só ia limpar à sexta-feira. Mais... Eu ficava sozinha, fazia o meu comer, fazia a  
354 minha vida normal, fazia o meu comer, não é? ...

355 **E.: Então, sempre conseguiu fazer a sua vida?**

356 **P.:** Sim, sim.

357 **E.: Mas sente, que mudou muito? O facto de já não ter o seu marido à sua beira, mudou**  
358 **muito?**

- 359 **P.:** Não, a minha vida mudou nesta coisa, que eu estou aqui (instituição), hoje, e estaria na  
360 minha casa se eu tivesse pernas. Se eu tivesse pernas...
- 361 **E.: Sim, mas relativamente ao seu marido...**
- 362 **P.:** Como diz?
- 363 **E.: Relativamente ao seu marido...**
- 364 **P.:** Relativamente ao meu marido, pronto. O meu marido, eu aceitei, pedi ao Senhor que *mo*  
365 [o] levasse que ele estava num sofrimento muito grande e aceitei bem a morte dele. Aceitei,  
366 pronto, tinha de aceitar não é? ...
- 367 **E.: Claro, claro.**
- 368 **P.:** Mas aceitei no meu coração. Eu pedi-lhe: “Senhor leva-o para Ti, que ele está num  
369 sofrimento muito grande! Está num sofrimento muito grande!” (emocionada) [impercetível]. E  
370 dizia para mim “Quem é que te irá tratar?”. Como não ouvia (marido), julgava que estava só  
371 em pensamento... quem me ia tratar. Morreu, preocupado comigo, quem é que me havia de  
372 tratar.
- 373 **E.: Pois ele também... Pois ficou preocupado.**
- 374 **P.:** Percebe? Eu sei que ele [impercetível] muito.
- 375 **E.: Mas a Dona L., depois...**
- 376 **P.:** Nesses 4 meses que fiquei sozinha, pronto, fiquei sozinha!
- 377 **E.: Mas, depois, lá seguiu a sua vida.**
- 378 **P.:** Sim, vingava-me a trabalhar. Desde que tivesse uma agulha... uma agulha, para fazer  
379 croché.
- 380 **E.: E distraía-se. Então isso era para superar a dor?**
- 381 **P.:** Era. Não estive assim parada... Agora estou, porque não posso.
- 382 **E.: O que é que fez para superar a dor ou o que faz para superar a dor?**
- 383 **P.:** Chorava sozinha, por vezes chorava sozinha (emocionada).
- 384 **E.: Pois, chora. E o que é que faz para continuar a viver? A vida continua, não é?**
- 385 **P.:** Pois.
- 386 **E.: E o que é que faz?**
- 387 **P.:** Eu nada filha! É assim a minha vida... aqui (instituição).
- 388 **E.: Na altura o que é que fez para não pensar tanto? Para conseguir lidar com a perda.**
- 389 **P.:** Eu aceitei, aceitei a morte dele, muito bem. Sou cristã e aceitei. Tudo o que nasce cresce e  
390 morre. Chegou a hora dele. Foi muito feliz, viveu uma vida muito feliz, e eu nunca lhe dizia  
391 nada filha... Eu nunca fui uma pessoa de dizer, o meu marido, suponhamos, entrava... Naquele

tempo os rapazes saíam, tinham um grupo ao sábado, saíam e vinham às horas que queriam e a minha boca nunca se abria. Quando ele chegava, às vezes em vez de chegar à meia-noite chegasse às 2 (manhã) ou às 3 (manhã) já não... [impercetível]. Já se tinha empatado por qualquer lado... E sempre que me cheirasse a perfume, eu não tinha dinheiro para comprar perfumes, compreende? Naquela altura...

**E.: Mas isso era complicado.**

**P.:** Sim. E então, era assim, acredite que era assim. Não havia rádio... [impercetível] “Boa noite”, – “Boa noite, faz favor vai tomar banho e vem-te deitar” (Dona L.). A minha preocupação era a estrada. Ele tinha que dormir e ele não dormia. E nessa noite...

**E.: Pois, ele tinha que dormir...**

**P.:** Eu andei a adormecê-lo 20 anos... “A adormecer como, L.?” Porque ele, eu sou pessoa que se dormisse 1 hora ou 2 era o bastante, não me fazia diferença. Mas, naquelas horas tinha que dormir, e ele andava na estrada e eu tinha muito medo...

**E.: Pois.**

**P.:** ... E, então, eu sei que quando ele era pequeno que era muito chorão. A mãe coçava-lhe na cabeça assim, pronto, [impercetível] ... e vinha para a rua, porque ele nasceu numa pensão, não é? E numa pensão não podia estar, as pessoas ouviam...

**E.: Pois, claro.**

**P.:** ... E, então, eu lembrava-me... Realmente fazia-lhe isso, se era de verão vinha para fora, como não estava frio... e coçava-lhe a cabeça e ele começava a descontrair. A descontrair e conseguia adormecer. Mas era como os bebés. Eram 5, 10 minutos, 10 minutos já estava. Assim que eu dei aqui entrada, já foi ao fim de 4 meses, mal me podia mexer. De estar sempre, porque só assim é que ele descontraía e conseguia dormir, e eu fazia tudo por ele. Tudo!

**E.: Fez sempre tudo por ele. Que estratégias é que a Dona L. adotou para viver o seu dia a dia após a perda dele? O que é que fez para lidar com a perda dele?**

**P.:** Não... Na vida faço de conta que ele estava presente, e eu para mim tinha de fazer comer, e no dia a seguir não faço, olhe para mim, não... Até...

**E.: Fazia?**

**P.:** Fazia, fazia as minhas coisinhas.

**E.: Fazia lá a renda...**

**P.:** E fazia a renda. Eu também aprendi a costura, também, quando vim de fora, que a empresa também mais tarde fechou e eu vim para casa. Eu peguei, não tive medo à tesoura. Uma

424 pessoa, assim sem medo. Aprendi muito bem, primeiro, como se faziam saias, nisto onde eu  
425 andei.

426 **E.: Então ia-se entretendo.**

427 **P.:** Sim, eu nunca estava parada. Nunca!

428 **E.: E, depois, veio aqui para o lar.**

429 **P.:** Sim, 4 meses depois... “Oh mãe (filhos) ...” E as minhas netas: - “Oh avó tens que ir, tens  
430 que ir e tal”. Já casadas, também, não é? E, assim: - “Tens que ir avó, tens que ir”, - “Tenho  
431 tempo”, estava à espera que este abrisse. Até que *ficou* [fiquei] com um lugar em Santa Joana,  
432 que era para mim... que eu tive lá uma menina, filha desse senhor, uma filha adotiva, e ele  
433 disse que a primeira vaga que houvesse e foi, foi-me dada, mas eu não quis que este estava  
434 para abrir, e depois ao meio de abril...

435 **E.: Mas foi uma opção, foi uma opção da Dona L. vir para o lar?**

436 **P.:** A opção foi esta, foi pensar sempre com a cabeça e não com o coração, sempre. Sempre  
437 em todos.

438 **E.: E os seus filhos também ficavam preocupados de estar em casa...**

439 **P.:** Pois, os meus filhos estavam preocupados por ficar sozinha, porque uma vez telefonei,  
440 tiveram que me ir buscar, eu sofria um bocadinho do coração, estas coisas todas, já está a ver,  
441 não é? Por aquilo que eu passei. Sem dinheiro, uma mulher casada, sem um tostão, até vinha à  
442 minha mãe, a minha mãe não sabia, que encobri sempre da minha mãe, que a minha sogra...  
443 Até que a minha mãe teve o meu padrasto, depois juntou-se a um senhor, não se casou, que  
444 (ele) era muito religioso. A minha mãe era divorciada, nem era divorciada nessa altura, estava  
445 separada. E ele é que era viúvo, e assim. Mas ele gostava de se casar, mas era na igreja, e  
446 como não *pode casar* [podia casar-se] pela igreja, também nunca se casaram. Viveram juntos.  
447 A minha mãe aceitou aquele senhor, com mais de 22 anos, acho do que ela, por aí, 21, 22,  
448 mais velho. E assim, foi para ele, uma enfermeira. A minha mãe conseguiu curar uma ferida  
449 varicosa que (ele) tinha acima do pé, este é o pé, acima do pé um bocado sempre tudo a  
450 [impercetível], e ela conseguiu curar-lhe até à morte.

451 **E.: Quando a Dona L., veio para o lar e agora está aqui no lar. Aqui no lar há coisas que Dona**  
452 **L. gosta mais de fazer?**

453 **P.:** Quando eu vim para aqui, no princípio que eu vim para aqui, eu ajudava, perguntava: -  
454 “Não tem nada para eu me entreter, uns panos da cozinha para coser, para remediar, para pôr  
455 aqui uma alça, para pôr ali uma coisa qualquer?”. E assim, pronto, ainda dava um pontinho,  
456 mas pronto, depois comecei a cansar. Já vinha muito cansada, não é? De trás, já muito

- 457 cansada, que eu tratei da sogra. Cancerosa, 2 meses e tal, e sozinha. Tinha uma enfermeira  
458 que ia lá curá-la, mas quando chegava a curar, a ir curá-la, já estava a caminha feita.
- 459 **E.: Mas quanto tratou da sua sogra, o seu marido ainda era vivo.**
- 460 **P.:** Sim, era vivo, pois, ainda era vivo.
- 461 **E.: Pronto.**
- 462 **P.:** Foram só 4 meses, desde que o meu marido morreu que eu estive na minha casa.
- 463 **E.: Exato, exato. Depois veio para aqui.**
- 464 **P.:** E, depois, vim para aqui.
- 465 **E.: E, no início... Então agora, não costuma participar?**
- 466 **P.:** Não, quer dizer, se vão jogar aos feijões, por amor de Deus, aquilo não me diz nada, filha.  
467 Lá ao bingo, ou o que é, “16, 1 e um 6”. E, oh filha não me diz nada para mim até, não sei o que  
468 hei-de de dizer...
- 469 **E.: Pronto, não gosta muito, não gosta muito...**
- 470 **P.:** Disso não. Se for uma coisa de perguntas, que faz puxar pela cabeça, isso gosto. De avivar a  
471 memória. Olhe, todos os dias eu costumo jogar... Aprendi aqui, todos os dias jogo aqui... Ai  
472 meu Deus!... As pedras... As pedras... Ai valha-me Deus... As pedras, o “w”, o “6”, o “duque”,  
473 em vez de ser cartas é, o dominó.
- 474 **E.: Ah o dominó, o dominó.**
- 475 **P.:** Todos os dias, eu jogo com o [um] senhor que aqui está também há muitos anos, desde que  
476 isto abriu que já veio, até detrás.
- 477 **E.: Ah, todos os dias joga dominó.**
- 478 **P.:** Todos os dias, eu para pensar pela minha cabeça, eu jogo dominó.
- 479 **E.: Isso é uma forma, também, de viver melhor o seu dia a dia.**
- 480 **P.:** É. Então às vezes dizemos um para o outro: - “Vamos jogar os nossos 5”. Cinco é porque  
481 fazemos 5 jogos. Cada jogo são 5.
- 482 **E.: Sim, sim.**
- 483 **P.:** Temos... Cada um tem de ganhar 5 vezes primeiro... E depois, se eu ganhei-lhe, ganhei os 5  
484 e, então, agora vamos com outros 5, para ver se ganha o mesmo ou se ganha o outro. E até à  
485 hora do almoço entretemo-nos assim. Das 10 horas em diante é assim. De vez em quando vem  
486 aí uma senhora ver a mãe, fica aí também um bocadinho connosco a jogar, somos os 3 a jogar.  
487 Tem uma filha, que às vezes vem com ela.
- 488 **E.: Então vão-se entretendo, não é?**

489 P.: Sim, sim. É aquele bocadinho de manhã, depois é monótono. Ao sábado e ao domingo não  
490 vem ninguém, não está ninguém, ninguém vem visitar ninguém, estamos aqui meia dúzia de  
491 velhos, é assim...

492 E.: Pouquinhos, pouquinhos... Depois do seu marido falecer, Dona L., a sua família ajudou-a  
493 muito? Recebeu apoio da sua família e dos seus amigos? A Dona L. tinha...

494 P.: A minha família reduzia-se a pouco. A minha família, mesmo.

495 E.: Mas os seus filhos, por exemplo, que eram as pessoas mais próximas. Ajudaram?

496 P.: Os meus filhos, pronto. É que eu agarrei-me muito a 3 primos, a 3 primas minhas (refere-se  
497 aos filhos dos pais).

498 E.: Depois do seu marido falecer...

499 P.: Um primo por afinidade e 2 irmãos também de pais, e assim.

500 E.: Mas quem é que ajudou? Quando o seu marido faleceu quem é que a apoiou mais?

501 P.: Eu apoiei-me a mim mesma!

502 E.: Apoiou a sim mesma, mas também teve apoio dos seus filhos, por exemplo...

503 P.: Ah sim! Pois, tive tanto (apoio) que eles não quiseram que eu ficasse em casa tanto tempo:  
504 - "Oh mãe vês, nem tens de fazer o comer, nem tens de passar a ferro, nem tens de pôr a  
505 (roupa a) secar, nem tens...". Sim, porque realmente... Eu não tinha dinheiro para ter uma  
506 mulher permanente, (de) noite e dia, ao meu lado!

507 E.: Teve algum apoio financeiro?

508 P.: Não, não.

509 E.: Não teve depois do seu marido falecer?

510 P.: Olhe, dei muita coisa dos enxovais... que o dinheiro dos enxovais (que dei) aos netos e não  
511 só enxovais. A primeira neta, que se casou quis uma casa, e depois quis ir viver para casa,  
512 mesmo antes de casar e tudo, que queria ir para lá viver...

513 E.: Mas isso o seu marido ainda era vivo?

514 P.: Era, era.

515 E.: Mas depois do seu marido...

516 P.: Depois do meu marido morrer foram 4 meses, pronto. Eu vim para a minha casa...

517 E.: Mas teve algum apoio da segurança social?

518 P.: Não, não. Não tive.

519 E.: Não teve. Tem a reforma.

520 P.: Eu até sou reformada por invalidez. Porque eu era casada e fui, e fui... e já tinha a reforma  
521 por invalidez.

522 **E.: O que é que mais gosta de fazer agora, depois do seu marido falecer? O que é que mais**  
523 **gosta de fazer?**

524 **P.:** Olhe nem sei o que gosto, nem o que não gosto. Sei que para (me) entreter e passar estas  
525 duas... Venho às 9 horas (manhã) para o pequeno-almoço, oito e meia, para o pequeno-  
526 almoço. Venho diretamente já à sala do pequeno-almoço, [impercetível], já me trazem de lá  
527 direta, depois venho um bocadinho aqui para a sala, não é? À sala comum. Quando são horas  
528 de... um quarto de hora antes se eu posso ir, é assim: umas vezes a cadeira leva-me a mim,  
529 outras vezes eu levo a cadeira. Para não perder o andar, eu quero ir para o quarto de banho,  
530 não é? Na outra sala onde estão os quartos de banho, não sei se conhece os nossos quartos de  
531 banho...

532 **E.: Não, não.**

533 **P.:** ... Pronto, lá em baixo. É assim um bocado ainda grande... E então as duas caminhadas que  
534 eu faço... Mas não tenho ali nenhuma empregada, não é? E então se tenho chamo-a, se não  
535 tenho: - “Faça-me o favor de me levar”. Que é uma ida e, depois, já eu venho para cá sozinha...

536 **E.: Sim.**

537 **P.:** ... Venho então. Agarro-me à cadeira, mas é preciso saber agarrar-se à cadeira, não é de  
538 qualquer maneira, se não ela *levanta* [levanta-se], e eu vou para trás, não é?! E tudo isso a L. é  
539 que pensa, e raciocina, ninguém ensina! Já quiseram fazer a mesma coisa e eu: - “Nem  
540 tentem!”. Porque a minha médica foi o que mais me disse: - “ Oh Dona L. [impercetível] ”. Mas  
541 é que eu vou ao sítio onde vão os ferros para baixo...

542 **E.: A Dona L. gosta então de tentar sempre...**

543 **P.:** Ah sim! Penso sempre em tudo! E se a cadeira está travada e se não está travada. Por  
544 enquanto ainda raciocínio muito.

545 **E.: E vai tendo, pronto, e vai tendo aqui momentos divertidos também, aqui na instituição...**

546 **P.:** Sim, tem havido, de vez em quando eles fazem, até... Fizeram agora um baile quando foi...

547 **E.: O carnaval?**

548 **P.:** Para a passagem de ano.

549 **E.: O Natal?**

550 **P.:** No Natal... Pela passagem de ano.

551 **E.: Para o Ano Novo.**

552 **P.:** Acho que foi pelo Ano Novo.

553 **E.: E o que é que gosta menos de fazer?**

554 **P.:** Acho que não há nada que eu deixe, que eu goste menos de fazer.

555 **E.: Não há...**

556 **P.:** Não. E gosto de ajudar o irmão que está ao lado, que precisa disto ou daquilo, gosto. Mas  
557 gosto de ensinar, não gosto de fazer! Porque já vi ao pé de mim estarem a dar até (de) comer  
558 na boca a pessoas que não precisam! As pessoas precisam de se movimentar. E eu digo para  
559 elas, e muitas já sabem, que estão ao meu lado, não é? Que metem os dedos pela boca dentro,  
560 e vão limpar à toalha...

561 **E.: Sim.**

562 **P.:** Não... Há muita higiene nesta casa, mas há porcarias que não podem dar de comida a  
563 todas, aquelas que até fazem cocó em cima do tampo daquilo... Aparece aqui tudo e depois  
564 vão-se habituando, não é? Outras, coitadinhas, já fazem por elas, outras têm aquelas  
565 constipações que engolem em vez de pôr a expetoração fora engolem...

566 **E.: Claro, claro.**

567 **P.:** E a gente assiste a estas coisas todas, não é? É o que eu digo: - “Oh meu Deus não me  
568 deixes chegar a isto!”. Não me estão a chamar?

569 **E.: Não, não. A Dona L. gosta, então, de ajudar os outros, de estar ali sempre?**

570 **P.:** Sim, gosto, gosto! E quando vem alguém, vêm-me também chamar. Quando vêm rapazes e  
571 raparigas, não é? Que vêm aí, de vez em quando, eles chamam-me para dar uma palavrinha,  
572 quando as Doutoras não têm vagar para isso ou qualquer coisa... que elas vêm-me buscar para  
573 ir dar uma palavrinha: - “Vá venha dar uma palavrinha”. Ou para ir jogar também, ou isto ou  
574 cartas, ou outra coisa qualquer.

575 **E.: Sim, sim e a Dona L. vai...**

576 **P.:** Colaboro, colaboro.

577 **E.: Sim. Olhe Dona L., não sei, se me quiser dizer alguma coisa que ache importante, pode-**  
578 **me dizer. Eu gostei de falar consigo.**

579 **P.:** Também gostei muito de a ouvir.

580 **E.: Nem sempre é fácil falar destes assuntos mais delicados.**

581 **P.:** Mas eu sou uma pessoa, não sei se está a ver pela conversa que teve comigo, que eu  
582 aceito, assim como aceito a morte, aceitei a morte do meu marido, foi o que mais me custou,  
583 não é? Até hoje e, também, da minha querida mãe, que me deu tudo, que me fez tudo.



**ID 10**

- 1 **E.: Dona O., neste momento sente-se em luto? Sim ou não? Sente? Não estou a falar do luto**  
2 **de andar de preto, estou a falar por dentro...**
- 3 **P.:** Ah! Sente-se um bocado.
- 4 **E.: Sente?**
- 5 **P.:** Sente-se um bocado. Mas há alturas, que a gente desabafa (suspiro) ...
- 6 **E.: E faz bem desabafar?**
- 7 **P.:** ... E grita, e fala!
- 8 **E.: Mas, mas... Sim... Ainda se sente em luto?**
- 9 **P.:** Reza-se o luto, reza-se um padre-nosso: - “Meu marido estais melhor do que eu”, falo com  
10 ele, e ele passa.
- 11 **E.: E sente-se melhor... e sente-se melhor?**
- 12 **P.:** Não vale a pena dizer.
- 13 **E.: Mas, neste momento ainda sente... Ainda, sente ainda muito essa tristeza e essa dor?**
- 14 **P.:** Ele ajuda-me.
- 15 **E.: Ele ajuda, mas essa tristeza... Quando eu lhe pergunto se sente-se em luto... Ainda sente**  
16 **essa tristeza?**
- 17 **P.:** Ah!
- 18 **E.: Sim.**
- 19 **P.:** O (meu) filho mesmo, não quer que eu esteja sempre premida no mesmo, não me quer  
20 faltar com nada.
- 21 **E.: Claro. Ainda bem, ainda bem.**
- 22 **P.:** Porque o filho, também foi muito querido com o pai, que nunca lhe faltou com nada.
- 23 **E.: Ainda bem. Olhe Dona O. agora gostava que me falasse um bocadinho da sua vida,**  
24 **quando era mais jovem...**
- 25 **P.:** Ah quando era mais jovem, minha senhora!
- 26 **E.: ... Dos seus pais, dos seus irmãos, amigos...**
- 27 **P.:** Felizmente nunca me *faltou* [faltaram] sempre em vida. Boa de namoro, (boa) de pais, (de)  
28 tudo. Sempre fui uma mulher honesta, [impercetível] como é que, muito alegre, sempre muito  
29 feliz. Fui feliz, porque namorei 6 anos, graças ao Pai do Céu, que tenha louvado a esperança a  
30 Deus.
- 31 **E.: Como é que conheceu o seu marido?**
- 32 **P.:** Desde pequenino.

33 **E.: Desde pequenino, então moravam mesmo pertinho...**

34 **P.:** Desde de pequenino que...

35 **E.: Se conheceram.**

36 **P.:** O meu marido, a casa dele era de estabelecimento, estabelecimento. Eu de pequenina a  
37 minha mãe, nem era a minha mãe, era uma tia, mandava-me ir buscar o [um] quarto de quilo  
38 de açúcar...

39 **E.: Sim.**

40 **P.:** ... Um quarto de quilo de arroz. Eu já tenho contado isto em diversas coisas. E muitas das  
41 vezes, algumas vezes ele ia aviar e nem havia coiso, ele ia com o dedo tirar o açúcar, com o  
42 coiso do papel. E eu dizia-lhe: - "Eu não quero o açúcar com o coiso com o dedo". Vai uma  
43 *tulha* [?], dizia-lhe uma graça, para ele não ir mexer naquilo, que nós comemos. E assim, ele  
44 ria-se, já de pequenino ele começou a agradar-me. Aos 17 anos, pegamos namoro. Aos 23  
45 casei, graças ao Pai do Céu e do louvor.

46 **E.: E o que é a Dona O. fazia?**

47 **P.:** Eu minha senhora? Eu era costureira.

48 **E.: Em casada? Antes de ser casada...**

49 **P.:** Antes de ser casada.

50 **E.: Era costureira?**

51 **P.:** Andei (a) aprender a costura.

52 **E.: Ah!**

53 **P.:** Vivia com a minha mãe. Depois fui empregada numa indústria de malhas.

54 **E.: E o seu pai?**

55 **P.:** O meu pai era tipógrafo.

56 **E.: Ah!**

57 **P.:** Era. O meu pai era tipógrafo. Nós éramos 7 irmãos.

58 **E.: Sete irmãos? Muitos! Uma família muito grande!**

59 **P.:** Era, era... Foi a oito... casado, assim...

60 **E.: Cada um foi para a sua vida, não é?**

61 **P.:** Cada qual tratou da sua vida.

62 **E.: Então andou a aprender costura...**

63 **P.:** Andei a aprender costura, os meus pontos... andei a aprender, fazia o avental à minha  
64 sogra, e essas coisas todas...

65 **E.: Sim, sim.**

66 **P.:** ... Já depois de casada. E aprendi, e ganhei dinheiro. As máquinas de tricotar, depois tirava-  
67 se, cortava-se, e fazia-se tanto de costura como de máquinas... E era caixas viajantes na  
68 indústria, no que sabia!... E depois viam encomendas e nós... eram caixas viajantes (após as  
69 encomendas estarem prontas, os viajantes iam buscar as caixas), que tiravam (o) que faziam...  
70 essas coisas foi cá, em Aveiro. Há uma senhora viúva... também não tinha com que se prender,  
71 prendeu-se naquilo e com mais 3 pessoas... Era rica... Era uma pessoa nobre. Viúva, mas  
72 passava o tempo naquilo, que ela era uma senhora muito excecional, para modernizar tudo,  
73 para tudo do bom e do melhor e ganhou dinheiro. Até que eu casei de lá... Madrinha, foi  
74 madrinha de casamento (senhora) ...

75 **E.: E depois de casar a Dona O. ...**

76 **P.:** Depois casei, fiquei com a minha mãe.

77 **E.: E o seu marido?**

78 **P.:** [impercetível], até que chegamos (a) tempo, de arranjarmos o nosso cantinho...

79 **E.: O vosso lar.**

80 **P.:** Compramos uma casa, compramos... fizemos... Compramos um bocadinho de terra, fizemos  
81 uma casa, mas depois a vida foi... a vida *foi um cheiro* [mudou] de outra maneira, e nós  
82 tivemos de devolver (a casa). A minha mãe tinha (a) casa dela.

83 **E.: Tiveram...**

84 **P.:** E mudamo-nos, para a minha mãe.

85 **E.: E a Dona O. era costureira, nessa altura?**

86 **P.:** Era costureira. Fazia costura, mas andava mesmo em malhas. Era na costura.

87 **E.: Oh Dona O., e o que é que a Dona O. fazia para se divertir?**

88 **P.:** A peça era feita um bocado, tantos centímetros, tantos coisos, um bocado de  
89 [impercetível], e depois, a própria máquina fazia os desenhos. Mas o peluver, o peluver era  
90 cortado, cá fora... O bico era cortado, não vinha lá da máquina, porque demorava muito  
91 tempo. Oh passo, que isto era cortado e depois era posto em máquina de costura, e máquina  
92 de tricotado...

93 **E.: Sim. Oh Dona O., e o que é que a Dona O. fazia na altura que era mais jovem...**

94 **P.:** Sim.

95 **E.: ... Fazia para se divertir?**

96 **P.:** Fazíamos o que podíamos. Não podíamos grande coisa.

97 **E.: Mas o que é que faziam? O que é que faziam?**

98 **P.:** De vez em quando, íamos a um baile.

- 99 **E.: Hum. Gostava de dançar!**
- 100 **P.:** Gostávamos, mas ele (marido) não era muito disso. De maneira que, era um bocadito, uma  
101 vez por acaso. A minha sogra era... tinha estabelecimento e eu também a podia ajudar. Lá a  
102 minha sogra tinha panos para vender... lá tiravam a [impercetível] cortada, lá fazia o avental,  
103 ela ficava toda contente porque foi a nora que o fez. Ajudamos no que podemos. Mais tarde,  
104 minha senhora, também (me) deu desgosto de ela ter ido para melhor, sem ela contar.
- 105 **E.: Sim, sim. Então lá iam aos bailes de vez em quando...**
- 106 **P.:** Ia, satisfiz-me um bocadinho com eles. Levava-me para onde fosse, satisfiz-me.
- 107 **E.: E haviam outras coisas, que faziam para se divertir, sem ser os bailes?**
- 108 **P.:** Fazíamos o que podíamos, minha senhora.
- 109 **E.: E o que é que podiam então? Fazer mais?**
- 110 **P.:** Fazíamos uma festa ou...
- 111 **E.: Uma festa, um passeio...**
- 112 **P.:** Era, íamos dar um passeio. Íamos no verão, no verão. Íamos eram 3, 4 casais. Eram 3 casais,  
113 com 2 meninas. Pessoas amigas, todos os anos pelo verão, íamos à... Como é? ...
- 114 **E.: À praia? A Fátima?**
- 115 **P.:** A Espanha.
- 116 **E.: Ah, iam a Espanha.**
- 117 **P.:** A Espanha, arranjavamos 3 carros... 3 amigos... E era aquele que tinha a filha, e vai a filha,  
118 não cabe ali, mas cabe aqui, lá ia a prima daquela (da filha do amigo) ...
- 119 **E.: Mas e...**
- 120 **P.:** Levavam 4 carros.
- 121 **E.: Mas aí, não tinham filhos?**
- 122 **P.:** Tinha já um filho, tinha.
- 123 **E.: Ah já tinha, já um filho?**
- 124 **P.:** Já. Já era criadinho já. *Arranjamos* [Arranjávamos] 4 carros, e levávamos se fosse preciso 7  
125 (pessoas) ...
- 126 **E.: Sim.**
- 127 **P.:** ... Para encher aqueles carros... a gente ia.
- 128 **E.: Sim.**
- 129 **P.:** E dormíamos por lá, e comíamos, e a gente levava lanche... e a gente arranjava-se.  
130 Gozávamos um bocadinho, nessa altura.
- 131 **E.: Ainda bem, ainda bem.**

- 132 **P.:** Era.
- 133 **E.: Como é que era a vossa vida de casal?**
- 134 **P.:** A nossa vida de casal era uma vida vulgar, porque a minha mãe dormia... Casei fiquei com a  
135 minha mãe. A minha mãe vivia, vivíamos em conjunto... Porque o meu marido trabalhava na  
136 fábrica Aleluia e comia na fábrica. Só à noite é que...
- 137 **E.: Só à noite é que voltava.**
- 138 **P.:** Só à noite é que eu fazia o [de] comer para nós os dois. Muitas das vezes, a minha mãe  
139 fazia-nos era... (era) como calhava minha senhora. Fazíamos como...
- 140 **E.: Mas a vossa... Foi um casamento por amor?**
- 141 **P.:** Foi sim. Foi um casamento por amor.
- 142 **E.: Havia uma relação de afeto, de carinho, de respeito?**
- 143 **P.:** Havia. Era uma coisa muito pura minha senhora. Felizmente, fui pura, conforme a minha  
144 mãe me pôs ao mundo. Nunca houve ali brincadeiras indecentes.
- 145 **E.: Foi sempre muito respeito.**
- 146 **P.:** Muito pura. Graças ao Pai do Céu, tive um casamento mesmo muito lindo, que me fizeram  
147 na capela da Senhora das Barrocas, que é aqui perto... Onde fizeram uma grande festa,  
148 contando com a Dona G., que bem sabe por ela [impercetível], éramos vizinhas, faz de conta,  
149 que era uma família unida e fizemos uma... Não se *deixa* [pode] explicar, porque agora já nem  
150 há disso minha senhora.
- 151 **E.: E sempre teve muito carinho, muito apoio do seu marido?**
- 152 **P.:** Sim, sim, sim, sim, sim. Mesmo muita união, a Dona G. para nós. Agora, a vida é outra.
- 153 **E.: Eu estou a falar de si, e do seu marido, havia muita união?**
- 154 **P.:** O meu marido não há discussão. Chegava e ia-me beijar... À espera que a minha mãe viesse  
155 embora...
- 156 **E.: Era muito carinhoso.**
- 157 **P.:** Havia... Muito carinhoso!
- 158 **E.: Muito carinhoso! Depois ele começou a ficar...**
- 159 **P.:** Doente.
- 160 **E.: Doente.**
- 161 **P.:** Pois.
- 162 **E.: Pode-me contar um bocadinho sobre isso?**
- 163 **P.:** Ele começou há pouco a fazer esses tratamentos e quanto pouco ia ele *fazia* [fazer] os  
164 tratamentos que lá o médico receitava. Mas depois, mais tarde, começou a ir aos tratamentos

165 fora... E depois lá ia de carro, um senhor, que tinha um carro lá o levava lá pois claro, (e) trazia-  
166 o. De maneira que, depois foi andando, até que foi para o Porto. Foi para o Porto *teve* [esteve]  
167 lá um tempo... Melhorou, mas as melhoras não eram para sarar, a gente já sabia, que ele era o  
168 tempo que pudesse... Até que foi piorando... foi piorando... Até que foi mesmo.

169 **E.: E a Dona O., nessa altura estava bem da sua saúde?**

170 **P.:** Estava. Nessa altura...

171 **E.: A Dona O., já andava de cadeira de rodas?**

172 **P.:** Andava.

173 **E.: Andava de cadeira de rodas?**

174 **P.:** Andava. Andava de cadeira de rodas, mas andava bem... Largava a cadeira e ainda ia...

175 **E.: E ainda ia...**

176 **P.:** Ainda aí, mas depois...

177 **E.: E depois, quando é que deixou de conseguir caminhar?**

178 **P.:** Aí!

179 **E.: Foi depois do seu marido falecer?**

180 **P.:** Já depois do meu marido...

181 **E.: Ah, ainda era vivo?**

182 **P.:** Sim, sim.

183 **E.: Já tinha...**

184 **P.:** Tinha a cadeira. Tinha uma cadeira de pé que ainda tenho e andava. Depois foi indo... foi  
185 indo e travessei.

186 **E.: Qual é o problema de saúde da Dona O.?**

187 **P.:** É hereditário.

188 **E.: Ah é hereditário? Mas é osteoporose?**

189 **P.:** Era do meu pai.

190 **E.: Mas como é que se chama a doença que levou a que a Dona O. tivesse que...**

191 **P.:** Era das pernas.

192 **E.: ... Deixar de conseguir andar.**

193 **P.:** Era das pernas. [impercetível]

194 **E.: Mas não é osteoporose? Problema nos ossos...**

195 **P.:** É, é. Nos ossos.

196 **E.: É nos ossos.**

197 **P.:** É nos ossos.

- 198 **E.: Então, quando o seu marido estava doente, a Dona O. também já tinha problemas de**  
199 **saúde. Quem cuidava dele?**
- 200 **P.:** Andava. Ainda andava dos ossos. Não andava tão *pé* [mal], como agora.
- 201 **E.: Sim.**
- 202 **P.:** Porque eu tenho... Acho que até me *recardaram* [arrecadaram] uma...
- 203 **E.: Um andarilho?**
- 204 **P.:** Um andarilho. Eu tinha um andarilho... Tenho o andarilho *recardaram-me* [arrecadaram-me]  
205 me] o andarilho não sei para onde, e nem sei porquê, porque eu andava com o andarilho e  
206 quando não pudesse agarrava-me na cadeirinha e andava com o andarilho... e eu andava  
207 muito melhor...
- 208 **E.: E conseguia.**
- 209 **P.:** E agora não sei porquê que não me põe. Já pedi, por umas poucas de vezes, mas não sei  
210 porquê. Ele faz-me falta.
- 211 **E.: E a Dona O., era a Dona O. que cuidava do seu marido quando ele estava doente?**
- 212 **P.:** Eu era. Ele estava na mesma casa de onde eu estava, porque a casa era aquilo que nós  
213 *estávamos* [estamos] (instituição).
- 214 **E.: Sim, sim.**
- 215 **P.:** Nós *estávamos* aqui. E ele dormia aqui mesmo.
- 216 **E.: Ah ele estava aqui? No lar?**
- 217 **P.:** Ele estava no lar. Ele veio para o lar.
- 218 **E.: Ah, ele estava no lar!**
- 219 **P.:** Veio... Que a nossa casa é pertinho. É perto, mas nós viemos para o lar afetivo.
- 220 **E.: Mas isso foi uma decisão vossa?**
- 221 **P.:** Ah?
- 222 **E.: Foi uma decisão de vocês os dois?**
- 223 **P.:** Pois, pois... Veio... Aqui *lavávamos* [lavávamo-nos], aqui comíamos, aqui *vestíamos*  
224 [vestíamo-nos], aqui...
- 225 **E.: Decidiram vir para cá.**
- 226 **P.:** Assim, como eu estou assim, aqui...
- 227 **E.: Exato. Decidiram vir para cá.**
- 228 **P.:** É, é. Foi.
- 229 **E.: E quando estava aqui no lar...**
- 230 **P.:** Logo que abriu.

231 **E.: Costumava estar sempre com ele?**

232 **P.:** Era. Estávamos em casa, mas o meu filho é sócio também disto, e como viu o pai como  
233 estava e tal lá nos enviou... De uma maneira e tal, até que ficamos aqui a viver... a viver...

234 **E.: Sim.**

235 **P.:** É uma maneira de se dizer, porque ao domingo íamos para casa, a nossa casa... E lá  
236 vínhamos... Fazíamos o que *podemos* [podíamos], para não fornecer ninguém.

237 **E.: Eu entendo, sim. Mas quando estavam aqui no lar, a Dona O. costumava estar com ele?**

238 **P.:** Ah! Estava sempre!

239 **E.: Estava sempre ao lado dele?**

240 **P.:** Estava sempre! Estava sempre ao lado dele! Comíamos... comíamos à mesa, lá andávamos,  
241 lá nos sentávamos, lá *conversamos* [conversávamos], lá comíamos... Era união...

242 **E.: Estavam sempre juntos. Eu gostava... Diga Dona O.**

243 **P.:** Na... O quarto eram 2 camas. Vivíamos *na mesma cama* [no mesmo quarto] ...

244 **E.: Eu sei. No mesmo quarto só que em camas separadas.**

245 **P.:** No mesmo quarto, cada qual na sua cama. Da mesma cama falávamos “Estás bem? Precisas  
246 de alguma coisa?”.

247 **E.: Sim.**

248 **P.:** Pronto e tal... Se arrebitasse, se era coisa que eu pudesse fazer, (fazia) lá conforme podia...

249 **E.: Fazia.**

250 **P.:** ... Mas se não pudesse falava... Viam (e) tratavam de tudo, para tudo o que pudessem fazer,  
251 lavavam-no, lá o preparavam... E oh vinha o C., vinha-o buscar para o levar ao tratamento. Lá o  
252 vinham trazer à hora da refeição, comíamos os dois à mesa. Os dois não, a claque do costume  
253 e...

254 **E.: As pessoas da instituição. Exato, exato.**

255 **P.:** E era sempre ali uma união. De maneira que, até chegou a altura, a vivência mesmo...

256 **E.: A viver com pessoas, era muito... A Dona O. também o via a sofrer, não era Dona O.?**

257 **P.:** Não se pode dizer mais nada, porque...

258 **E.: É difícil, é difícil. Oh Dona O. eu só fiquei com uma pequena dúvida, a Dona O. com que  
259 idade deixou mais ou menos de trabalhar?**

260 **P.:** Ah? Com que idade aonde?

261 **E.: Deixou de trabalhar.**

262 **P.:** Eu deixei de trabalhar... Deixar de trabalhar nunca *deixa* [deixei].

263 **E.: Sim, sim, sim, sim.**



264 P.: Mas a trabalhar...

265 E.: **Sem ser em casa?**

266 P.: Eu era de costura... Eu fazia sempre o que podia. Mas trabalhar, a minha nora, a minha  
267 sogra tinha panos de [impercetível] ... Estávamos, mas vivíamos... Porque ela tinha (uma)  
268 mercearia, mas também ajudávamos e tal... Mas eu via que a minha sogra precisava de um  
269 avental, um avental. Ela, olha, eu vou fazer um avental para mim... Lá cortava o pano, lá fazia o  
270 avental, ela ficava toda contente, toda entusiasmada, não é? Que foi a minha nora que me o  
271 fez. Graças a Deus, sempre fui muito querida para a minha sogra... e fazia a vida tal e qual  
272 também. Casei tinha 23 anos, e o meu marido já nem sei. Era diferença de 3 anos para... para  
273 diferença um do outro...

274 E.: **Tinha para aí 26 anos...**

275 P.: ... Vinte e três, 26, 27, era assim... Fomos sempre muito unidos, graças ao Pai do Céu!

276 E.: **Oh Dona O., eu agora gostava de falar um bocadinho sobre o que sentiu após a perda do**  
277 **seu marido. O que é que mudou na sua vida depois de ter perdido o seu marido?**

278 P.: (Suspiro) Mudei tudo (suspiro), mudei tudo... A minha maneira de viver. A gente... Eu  
279 sempre fui uma pessoa muito alegre, muito entusiasmada com tudo, mas a gente já não *mole*  
280 [vale] a pena dizer que eu visto isto que me fica bem... Visto felizmente, fico bem... mas...  
281 (suspiro).

282 E.: **Mas já não é com a mesma...**

283 P.: Não, não! Está bem... está bem. “Ah tinha aquele casaco ficava-me melhor, mas este até  
284 está bem”... Noutra altura: - “Menino gostas ou mudo?”, - “Não, não, vais assim, que vais  
285 bem”. As palavras consoladoras. Há alturas de tudo... que a gente se ri e conversa muitas das  
286 vezes só, sem saber o que fala para a gente se rir. Há ocasiões de tudo minha senhora.

287 E.: **A Dona O. com... Os seus problemas de saúde pioraram depois da perda do seu marido?**

288 P.: Pioraram. Pioraram nesta maneira de saúde...

289 E.: **A sua saúde...**

290 P.: A minha saúde foi-se abaixo.

291 E.: **Foi-se abaixo com a perda.**

292 P.: Foi-se abaixo com a perda dele com [impercetível] ... Oh nem vale a pena a gente falar  
293 disso. Só quem passa por elas é que sabe.

294 E.: **É que sabe. O que é que? ...**

295 P.: Há pessoas que não ligam, e vão ao baile, vão ao baile...

296 E.: **Cada um é como é, não é Dona O.? Cada pessoa tem as suas ideias.**

- 297 P.: Cada um tem a sua maneira de ver, e de [impercetível] ...
- 298 E.: **É verdade, é verdade. Oh Dona O., o que é que a Dona O. fez ou faz para superar a dor?**
- 299 P.: Para separar?
- 300 E.: **Superar a dor.**
- 301 P.: Rezo.
- 302 E.: **Reza.**
- 303 P.: Não sei, a quem falar para contar a minha vida. A minha vida é pegar num terço e rezar.
- 304 E.: **É o que mais a ajuda.**
- 305 P.: É o que mais ajuda minha senhora, não é o cumprimento... Tenho uma malinha mais ou
- 306 menos como esta... Tenho outra de asas que até me ficou lá (na sala), nem sabia...
- 307 [impercetível] trazer... Fica aqui, fica aqui que fica muito bem. É [são] duas... dois tabuleiros
- 308 não é tabuleiros, é outra coisa... duas caixinhas, uma tem um terço com a Nossa Senhora,
- 309 Nossa Senhora da Conceição, Nossa Senhora de Fátima castanho da [impercetível], e tenho
- 310 outro que é do meu marido cinzento o terço todo aberto... As 2 caixas estão fechadas. Abro,
- 311 falo, falo o que posso, “este é do meu marido, este também é”... falo, a minha resposta, vejo-o
- 312 ali... Olhe nem é bom de [impercetível], nem é bom de *despassar* [falar] ...
- 313 E.: **É um momento...**
- 314 P.: É um momento.
- 315 E.: **É um momento seu, não é?**
- 316 P.: É, é. É uma...
- 317 E.: **Ajuda-lhe a sentir...**
- 318 P.: É uma conversa com quem eu estou... com ele a falar... Pronto...
- 319 E.: **E sente-se em paz, sente-se melhor.**
- 320 P.: Não tenho com quem falar. Rezo assim: - “Oh Padre-Nosso que estais no céu, vou bem
- 321 guiada, não vou F.”. É a minha conversa para ele, é esta.
- 322 E.: **Sim.**
- 323 P.: E falo à Nossa Senhora, que me aconselhe e que me guie pelos meus passos, que nunca dê
- 324 os passos falsos, (e) com que eu seja sempre a mesma que fui sempre.
- 325 E.: **Oh Dona O., que estratégias é que adotou ou adota para viver o seu dia a dia? Para**
- 326 **continuar a viver?**
- 327 P.: É o mesmo de sempre. Eu tenho 2 terços... pego num terço rezo, pronto...
- 328 E.: **Não costuma fazer atividades aqui na instituição?**
- 329 P.: É muito raro.

- 330 **E.: Nunca mais costurou?**
- 331 **P.:** Não. Nunca mais estudei.
- 332 **E.: Costurou, costurou.**
- 333 **P.:** Costurei, costurei, uma coisa assim... Raro, não como dantes.
- 334 **E.: E não há nenhuma coisa... Não há nenhuma coisa que goste muito de fazer para se**
- 335 **distrair? É mais o rezar...**
- 336 **P.:** Já foi tempo. Já foi tempo, e como não vejo, vem da vista.
- 337 **E.: Pois, tem mais dificuldades.**
- 338 **P.:** Retira-me, não posso enfiar uma agulha... Não se pode fazer.
- 339 **E.: Pois não.**
- 340 **P.:** Quando a gente pode e quer fazer, e não se pode fazer, não se faz.
- 341 **E.: É mais difícil.**
- 342 **P.:** Isso.
- 343 **E.: É o rezar o principal, não é Dona O.?**
- 344 **P.:** É o rosário de Fátima.
- 345 **E.: Oh Dona O. teve apoios, desde que o seu marido faleceu? Apoios económicos, da**
- 346 **segurança social?**
- 347 **P.:** Teve o quê?
- 348 **E.: Teve algum apoio da segurança social, a nível económico... de dinheiro...**
- 349 **P.:** Ah de dinheiro!
- 350 **E.: Teve algum apoio?**
- 351 **P.:** Tive algum apoio, porque (pequeno suspiro) ... Não sei como é que hei-de dizer. Eu tive,
- 352 tenho um bocadito, que juntei noutros tempos...
- 353 **E.: Sim.**
- 354 **P.:** ... E está um bocadinho a gerar. Agora gosto de comprar isto, vou fazer [impercetível]
- 355 assim, assim... Precisava disto para comprar. Ele não me falta com nada, felizmente, o meu
- 356 filho. Ou, a campá, quem trata da campá é a minha nora, que todas as semanas aquela campá
- 357 é lavada, e tal, com flores todas, o que ela pode arranjar, o melhor e mais barato, porque é
- 358 nessas alturas (que) são próprias, não é? Não tenho razões de queixa, porque há sogras e há
- 359 noras, não é minha senhora? Com o pitão [parafuso] de lado. Mas eu graças ao Pai do Céu,
- 360 também estou aqui... e ela (nora) está empregada, na assistência social. E tenho 2 ricas netas.
- 361 **E.: Desde que o seu marido faleceu, teve muito apoio da sua família?**
- 362 **P.:** Quando, a minha?

363 **E.: Quando o seu marido faleceu teve sempre o apoio da sua família?**

364 **P.:** Ah! Sim tive. Tive. Sempre muito querido com as netas e as netas para o avô. Tive.

365 **E.: E a Dona O., a Dona O. teve sempre o apoio da sua família?**

366 **P.:** Tive, tive. Não tenho razões de queixa. E se a gente, às vezes, se a gente não tem qualquer  
367 apoio, tem de desculpar, perceber que errou, que a coisa muda, porque não podemos estar  
368 sempre a pisar no mesmo, porque nós cada qual tem a sua maneira de ser, e de ver. Eu não  
369 tenho razões de queixa nenhuma, desse assunto.

370 **E.: E tem uma família unida como diz, não é?**

371 **P.:** Tenho. Tenho minha senhora! Tenho uma família muito grande porque somos 7 irmãos, já  
372 uns poucos morreram... Mas a respeito da minha nora *tenho* [tenho] 2 filhas, tenho 2 netas.  
373 Ainda agora uma aqui esteve (neta), porque está uma que vive em Lisboa está empregada  
374 numa coisa que eu nem sei dizer, que é de... de... de padres...

375 **E.: Ah!**

376 **P.:** ... De padres, é uma riqueza que ela ali tem. Da maneira que ela é empregada, e é vista, e  
377 falada. Veio agora, quando foi agora esta procissão, que ela cá veio, e trouxe o menino, que é  
378 um exemplo de menino, e o marido. Vieram cá passar estes 2 dias que foi no sábado e  
379 domingo, viram a procissãozinha aqui (e) foram para Lisboa para a sua vida. E tenho outra  
380 (neta) também com 25 anos, acho que foi no sábado ou no domingo, que *vai começar*  
381 [começou] ... Também está a fazer o curso, mas não está empregada. Mas vai começar a dar...

382 **E.: Formações?**

383 **P.:** Doutrina.

384 **E.: Ah.**

385 **P.:** Doutrina a crianças, porque não está empregada, e assim vai...

386 **E.: Distrai-se, não é? Também ocupa o tempo.**

387 **P.:** Cada qual sabe das “mamas” (daquilo) que tem, minha senhora. Se ela estivesse  
388 empregada... sempre tinha ao fim do mês, sempre tinha o seu dinheiro...

389 **E.: Tinha...**

390 **P.:** Sim. Mas assim.

391 **E.: Sempre teve um grande apoio então da sua família. E as suas amigas... Tinha amigas?**

392 **P.:** Tinha quê?

393 **E.: Amigas. Tinha amigas?**

394 **P.:** Quem?

395 **E.: A Dona O.**

- 396 P.: Se tinha amigas? Eu tinha amigas, tenho amigas, tenho... Cada qual leva a sua vida... É  
397 sempre tudo muito amigo.
- 398 E.: **Quando o seu marido faleceu elas estiveram ao seu lado?**
- 399 P.: Ah tinham, tinham... E temos ali... Aqui no lar todas as quintas-feiras a senhora não faz  
400 ideia! Temos um grupo de senhoras... senhoras mesmo...
- 401 E.: **Sim.**
- 402 P.: ... Vêm aí senhoras, e até às vezes senhores de lá (grupo religioso), (vêm ao) lar, rezamos  
403 um terço à Nossa Senhora daqui... cada qual já com os seus *espantores* [?], lindos para cantar  
404 que é um sonho!
- 405 E.: **Então participa nisso na...?**
- 406 P.: Ah?
- 407 E.: **A Dona O. costuma participar?**
- 408 P.: É tudo aqui.
- 409 E.: **A Dona O., dá-lhe gosta fazer isso?**
- 410 P.: Também canto! Também canto!
- 411 E.: **Gosta de fazer isso?**
- 412 P.: Gosto! Também canto! Canto... Vai assim muita gente do povo, também...
- 413 E.: **E é todas as quintas-feiras que vai? Que a Dona O. vai?**
- 414 P.: Todas as quintas-feiras... e depois eu estou cá, é aqui mesmo (instituição).
- 415 E.: **Ah eles vêm aqui ao lar?**
- 416 P.: As senhoras é que vêm ao lar, um grupo de senhoras, que há aí...
- 417 E.: **Sim.**
- 418 P.: Já estão preparadas nesses cantos, e todas as quintas-feiras vêm aqui.
- 419 E.: **Muito bem.**
- 420 P.: E nós aqui, é que (nos) juntamos com elas.
- 421 E.: **Sim.**
- 422 P.: Cantamos... Muito lindo! Canções muito lindas!
- 423 E.: **E isso é uma forma, é uma forma também da Dona O. lidar melhor com...**
- 424 P.: Não sou só eu minha senhora... Isto é tudo lindo!
- 425 E.: **Eu sei, eu sei, eu sei.**
- 426 P.: Isto é tudo lindo!... Canções de amor que a gente ainda criança já as ouvia, e agora...
- 427 E.: **Mas a Dona O. sente-se bem ao ir cantar, ouvir?**
- 428 P.: Sinto-me muito bem.

- 429 **E.: Ainda bem, ainda bem. O que é que a Dona O. gosta mais de fazer depois do seu marido**  
430 **ter falecido?**
- 431 **P.:** Já nem sei minha senhora. Gosto muito de rezar, para ele.
- 432 **E.: É o que mais gosta.**
- 433 **P.:** Pronto. Todos os dias rezo um terço... rezo para ele, falo com ele, e rezo-lhe...
- 434 **E.: E o que é que gosta menos de fazer?**
- 435 **P.:** Menos nada. Eu não tenho nada que *lhe* [me] falte.
- 436 **E.: A Dona O., o que é que gosta menos de fazer, depois do seu marido ter falecido?**
- 437 **P.:** Rezo. Isso rezo sempre... Mas as roupas que eram dele já estão todas arrecadadas, para  
438 pouco ou nada as ver.
- 439 **E.: Não quer vê-las?**
- 440 **P.:** Não. Depois de elas estarem compradas, não tenho mais nada a trazer...
- 441 **E.: É difícil ver.**
- 442 **P.:** É.
- 443 **E.: É difícil. Pronto Dona O., se a Dona O. me quiser dizer alguma coisa...**
- 444 **P.:** Se a senhora tem ideia de eu responder.
- 445 **E.: Já, já, já me respondeu às perguntas. Se a Dona O. quiser dizer mais alguma coisa esteja à**  
446 **vontade.**
- 447 **P.:** Eu do meu marido minha senhora não tenho discussão possível, nenhuma minha senhora.  
448 Ele nunca quis que me faltasse nada. Graças a Deus, tive um marido muito exemplar e muito  
449 meu amigo. Não há discussão possível. Claro, quando tem a doença, quer um quer outro não  
450 pode ser amável *para uma como era* [para o outro como era] ...
- 451 **E.: Sim.**
- 452 **P.:** ... Não é? Mas foi só até à morte. Muito meu amigo, a minha nora também não me faltou  
453 com nada, não dizendo o meu filho... que era seu filho...
- 454 **E.: E está sempre, está sempre aí no coração, não é?**
- 455 **P.:** Oh não há discussão possível!... Mesmo eles, não querem que *lhe* falte nada. Tem a campa  
456 sempre muito bem *unida* [arranjada].
- 457 **E.: Olhe Dona O. muito obrigada por ter falado aqui comigo.**
- 458 **P.:** Está ao modo da senhora?
- 459 **E.: Diga?**
- 460 **P.:** Está ao seu modo? Está ao seu modo como queria?

- 461 **E.: Está sim senhora, sim senhora, respondeu-me, respondeu-me como eu queria sim.**  
462 **Obrigada.**  
463 **P.: Minha senhora, foi muito agradável.**

**ID 11**

- 1 **E.: Dona A., neste momento a Dona A. sente-se em luto?**
- 2 **P.:** Sinto-me bem com o luto.
- 3 **E.: Sem ser o luto, o andar de preto... Sente por dentro, sente...**
- 4 **P.:** Sinto-me melhor?
- 5 **E.: Mas sente dor, tristeza...**
- 6 **P.:** Ah, tristeza...
- 7 **E.: ... Pela perda do seu marido?**
- 8 **P.:** Pois, pois, pois, pois. Sinto, sinto.
- 9 **E.: Sente ainda, a perda.**
- 10 **P.:** Pois é... pois, pois é.
- 11 **E.: Sente? Em sim ou não, responderia sim?**
- 12 **P.:** Sim pronto, sim.
- 13 **E.: Eu gostava que me falasse agora um bocadinho da sua vida, das suas origens, quando era**
- 14 **mais nova, da sua família, dos seus irmãos...**
- 15 **P.:** Os meus irmãos olhe...
- 16 **E.: ... Dos seus pais...**
- 17 **P.:** Os meus pais, o meu pai faleceu com 48 anos, a minha mãe com 83 e a... A minha mãe era
- 18 costureira (e) o meu pai era jornaleiro. Era isso que queria, assim, mais ou menos, que queria
- 19 saber?
- 20 **E.: Sim, sim. Pode falar à vontade.**
- 21 **P.:** Eu, nós éramos 8 irmãos e eu andei a servir, andei na fábrica. Depois casei, fiquei na fábrica
- 22 cinco messicos, fiquei, (e) saí, o meu marido tirou-me da fábrica... Era longe, não sei se a
- 23 menina conhece. Caniços?
- 24 **E.: Não, não.**
- 25 **P.:** Lá para baixo para...
- 26 **E.: Mas quando andava na escola... quando andava na escola, o seu marido o que é que**
- 27 **fazia?**
- 28 **P.:** Eu?
- 29 **E.: Ajudava os pais ou...**
- 30 **P.:** Ajudava a minha mãe, era costureira, e eu ajudava nos acabamentos.
- 31 **E.: Sim, sim.**
- 32 **P.:** Era, era, era, era, era...



33 **E.: E os irmãos também andavam...**

34 **P.:** Os irmãos, os rapazes iam logo, faziam a comunhão solene, iam logo trabalhar.

35 **E.: Iam logo. E o que é que fazia para se divertir, nessa altura?**

36 **P.:** Para me divertir? Para me divertir olhe, a gente, mas isto já é no tempo de eu namorar...

37 **E.: Sim.**

38 **P.:** Dançávamos muito...

39 **E.: Dançavam muito?**

40 **P.:** Dançava, tinha... Tínhamos assim uma, à moda... a gente chamava-lhe uma “duquesa”, que  
41 era um larguinho à frente da casa da minha mãe. Tinha assim um bocadinho de caminho, a  
42 casa da minha mãe era rés à estrada... Era em Carvalhosa. A menina não conhece, aquele... o  
43 café do Ramos, pois não?

44 **E.: Não, não. Não conheço.**

45 **P.:** É ali logo, no cruzamento de Carvalhosa...

46 **E.: Hum... hum.**

47 **P.:** E tinha assim um caminhito, assim oh para cima. Tinha ali um largo, tínhamos os carvalhos,  
48 a gente chamava-lhe a “duquesa”. Nós íamos namorar ali, íamos dançar, namorar, juntávamo-  
49 nos as amigas todas ali da beira... Íamos *passar* [passando] assim, nos tempos de namoro, não  
50 é? *Do* [De] resto eu andei a servir 14 meses. Não era muito longe de Carvalhosa, era perto,  
51 andava aqui, em Figueiró.

52 **E.: Ainda não era casada? Era nova?**

53 **P.:** Ah ainda... ainda era solteira.

54 **E.: Ainda era solteira, ainda estava...**

55 **P.:** Tinha para aí 17 ou, 17 ou 16.

56 **E.: ... Ainda estava com os seus pais, ainda estava com eles.**

57 **P.:** Estava com os meus pais, sim. Depois fui para a fábrica e *apóis* [depois] então da fábrica é  
58 que eu *apóis* [depois] casei, arranjei lá (na fábrica) um namoro.

59 **E.: Como é que conheceu o seu marido?**

60 **P.:** Como é que o conheci? Olhe, foi assim, eu estava a servir aqui em Figueiró, arranjei um  
61 namoro aqui em Figueiró, namorei 2 anos para aí, 2 anos e meio, não sei bem ao certo. *Tive*  
62 [Estive] a servir 14 meses, aqui em Figueiró e depois então fui, fui para a fábrica e ainda  
63 namorei para ele, o de Figueiró e depois houve lá uma cascata [tradição antiga], lá na fábrica.  
64 Eu andava numa fábrica e ele (namorado) andava na outra (fábrica) ali pertinho, eu era em

65 Bairro e ele era em Caniços, mas era perto (tosse). E houve lá uma cascata [tradição antiga] na  
66 fábrica...

67 (entrada de uma auxiliar da instituição) : - “Com licença, com licença peço desculpa, só um  
68 bocadinho”.

69 P.: (continuação) ... Em frente, em frente ao escritório (da fábrica) tinha lá um largo. Há noite,  
70 pelo S. João *foi* [fui] lá a essa festa e eu conheci-o lá (risos), conheci-o lá (marido). E ele  
71 (marido) então veio falar para mim, queria namorar para mim e eu disse que não queria um  
72 rapaz de lá de baixo, mas ele: - “Eu não sou daqui de baixo, eu sou de Parada”, que era daqui.

73 **E.: É Paredes, não é?**

74 P.: Parada, é.

75 (“Não, Parada daqui” – auxiliar da instituição).

76 P.: É.

77 **E.: Ah, Parada daqui!**

78 P.: É, é. E eu, mas ele já andava na fábrica já há muitos anos, desde a idade dos 12 anos, só que  
79 eu não o conhecia, não é? Conhecemo-nos nessa cascata [tradição antiga], e então quando eu  
80 lhe disse que não queria (um) rapaz de lá de baixo, ele disse: - “Calha bem porque eu não sou  
81 daqui de baixo, eu sou de Parada”. Pronto e começamos a namorar, e foi assim. Passado 8  
82 meses casamos, namorei pouco tempo para ele. Começamos... casamos.

83 **E.: Como é que era a vossa vida...**

84 P.: Ele não tinha pai, não tinha mãe, estava com uma tia.

85 **E.: Os seus pais já tinham falecido?**

86 P.: Os meus pais não, os pais dele.

87 **E.: Ah, os pais dele.**

88 P.: Era. Eu já não tinha pai, mais ainda tinha mãe, eu quando casei.

89 **E.: Como é que era a vossa vida de casal? Foi um casamento por amor?**

90 P.: Foi, foi por amor, mas passei por bocados muito maus.

91 **E.: Como é que foi a vida de casal?**

92 P.: Muito *maus* [má], sabe porquê? Ele, eu andava na fábrica (e) ele tirou-me da fábrica. O  
93 ganho dele naquele tempo, o ordenado era pouco. Nós andávamos 3 horas a pé para lá e 3  
94 para cá, vinha-me buscar a Codessos. Não sabe onde é, pois não?

95 **E.: Sei, sei.**

96 P.: Sabe?

97 **E.: Sim.**

- 98 **P.:** Casamos, e ficamos em Codessos. *Era* [Eram] 3 horas para lá e 3 para cá. Chegava a casa  
99 tinha de ir buscar a água, fazer de comer... Íamos para a cama lá para a meia-noite. Punha-me  
100 a pé, punha-nos a pé...
- 101 **E.: Cuidava da casa, não era?**
- 102 **P.:** Era. Punha-nos a pé às 5 horas (manhã).
- 103 **E.: E o seu marido, o que fazia?**
- 104 **P.:** Como?
- 105 **E.: O seu marido o que é que fazia?**
- 106 **P.:** Ele andava na fábrica, também.
- 107 **E.: Andava...**
- 108 **P.:** Andava. Íamos ambos os 2 para baixo a pé, e púnhamo-nos a pé às 5 horas (manhã), *por*  
109 *modo de* [de modo a] estar lá às 8 (manhã), é... Eu ia agarrada a ele a dormir... dava (marido)  
110 um pontapé numa pedra acordava. E ele (risos) ... Era assim a vida. Porque a gente levantava-  
111 se cedo e deitava-se tarde...
- 112 **E.: Sim.**
- 113 **P.:** ... Mas eu não tinha filhos, andava grávida nessa altura. Chegava à fábrica já ia cansada de  
114 andar. Andava para aí de 3 mesitos ou isso, grávida... Desmaiava... Ele (marido) levou-me ao  
115 médico e o médico disse: - "Tem de a tirar da fábrica, que ela não aguenta". Eu tinha 5 meses  
116 (de gravidez), quando ele (marido) me tirou da fábrica. Foi a pior asneira que ele fez.
- 117 **E.: Mas o médico tinha dito isso!**
- 118 **P.:** Pronto. Eu não aguentava pronto... Fiquei em casa, mas só o ganho dele!...
- 119 **E.: Era difícil.**
- 120 **P.:** ... Só o ganho dele, pagar renda, para comer e ele ganhava pouco, pronto. Naquele tempo  
121 ganhava-se pouco.
- 122 **E.: E depois com os filhos também.**
- 123 **P.:** Depois comecei a ter os filhos pior... pior ainda. Eu fazia, fazia de tudo um pouco. Eu andei  
124 à...
- 125 **E.: E muitos filhos, não é?**
- 126 **P.:** Tive 11 e 3 abortos.
- 127 **E.: E o que é que estava a dizer? Fez de tudo um pouco...**
- 128 **P.:** Olhe, eu andei à semente de mato... Não sabe o que é, pois não?
- 129 **E.: Não, não.**
- 130 **P.:** Apanhar aquela semente do mato...

- 131 **E.: Ah, sim.**
- 132 **P.:** Tirava-se a sementinha... Vendia-se...
- 133 **E.: [Impercetível] sementinhas.**
- 134 **P.:** É isso, é. Eu...
- 135 **E.: Depois de casada? Já casada?**
- 136 **P.:** Depois de casada. Já casada.
- 137 **E.: Sim.**
- 138 **P.:** Andei a apanhar, apanhava *lanços* [?] para vender. Sabe o que é *lanços* [?] dos carvalhos?
- 139 **E.: Não.**
- 140 **P.:** Naquele tempo, comprava-se para os porcos e assim. A gente aproveitava tudo... Olhe, eu
- 141 ia ao monte, ao mato, para cozer pão. Cozia-o, aquecia, cozia o pão com [impercetível], que
- 142 antes a gente para arranjar lenha era difícil, agora não falta, mas naquele tempo estava tudo
- 143 [impercetível].
- 144 **E.: Era difícil. Então... vendia... vendia.**
- 145 **P.:** Pois era. Pronto ia ao monte depois para apanhar lenha, para fazer de comer e ainda vendi
- 146 alguma... Ainda andei à caruma [agulha ou rama de pinheiro] ... Sabe o que é a caruma?
- 147 **E.: Não.**
- 148 **P.:** Aquela coisinha dos pinheiros que cai, aquelas *caroneias* [?].
- 149 **E.: Ah!**
- 150 **P.:** Ainda andei apanhar uns molhinhos, para vender lá a um *milamoso* [?], que era padeiro. E
- 151 ele comprava e a gente vendia-lhe. Olhe, pronto era o que eu podia. Fazia camisolas para fora,
- 152 fazia meias. Comecei a aprender depois de casar, que em solteira não sabia fazer nada disso. E
- 153 fazia a roupinha para os meus filhos e...
- 154 **E.: E o seu homem continuava a trabalhar, na fábrica?**
- 155 **P.:** Na fábrica, na fábrica era. A minha mãe morava em Carvalhosa e eu morava em Codessos...
- 156 Era 1 hora a pé. Eu apanhava, punha a roupinha toda pronta e ia coser a casa da minha mãe,
- 157 que eu não tinha máquina... ia lá cosê-la...
- 158 **E.: Então cuidava do lar, não é?**
- 159 **P.:** Era, era.
- 160 **E.: Do lar... E arranjava essas coisas para conseguir...**
- 161 **P.:** Era. Fabricava... tínhamos um bocadinho de terreno do senhorio que pertencia à casa. Eu é
- 162 que o fabricava, e olhava pela vida de casa e ia assim...
- 163 **E.: Ia ganhando, ia ganhando...**

- 164 P.: Foi assim a vida. Mas foi uma vida muito dura, muito dura, pronto.
- 165 E.: ... **Algum dinheiro.**
- 166 P.: Mas graças a Deus não morreu ninguém à fome, não é?
- 167 E.: **Isso é o mais importante.**
- 168 P.: É. Mas pronto.
- 169 E.: **Mas a Dona A. e o seu marido, tinham muito carinho um pelo outro?**
- 170 P.: Tinha marés (alturas) ... tinha marés (alturas) ... porque ele gostava de andar por lá...
- 171 E.: **Pois.**
- 172 P.: Sabe como é?
- 173 E.: **Sei, sei, sei.**
- 174 P.: Gostava de andar por lá e *apóis* [depois] gastava, não é? Porque ele ao andar por lá tinha
- 175 de gastar algum, e ele era todo preciso... Tantas vezes a gente se zangava...
- 176 E.: **E zangavam-se.**
- 177 P.: Mas pronto. Mas tinha bocados também bons. Também passei muito tempo com ele,
- 178 muitos anos...
- 179 E.: **O que é que faziam os dois então? Esses passeios...**
- 180 P.: Esses passeios... Olhe, eu tinha, depois já tinha *atão* [então] a filha, segunda filha, mas já
- 181 tinha muitos, tinha mais filhos, não era? Já os tinha (a) todos até... A mais... a segunda casou e
- 182 andava a servir na Póvoa, casou lá e lá ficou, ainda lá está. E o marido era empreiteiro de
- 183 obras. Tinha carro (genro), olhe, nós íamos para todo o lado. Nós íamos, íamos. Passeamos
- 184 muito... Naquela altura, eu já tinha os filhos, pronto, às vezes deixava-os na minha mãe e
- 185 outras vezes levávamo-nos *com nós* [connosco] pronto, os que tínhamos. Corremos o mar e a
- 186 marinha, isso é verdade. Ele pagava o almoço por lá, o meu marido pagava o almoço porque
- 187 ele *apóis* [depois], já não era só o trabalho da fábrica. Já... Depois arranjou uma agência e era...
- 188 E.: **Já recebia mais.**
- 189 P.: E tinha uma agência por conta dele, foi um senhor que lhe pediu, que queria sociedade e
- 190 ele disse que não queria... fez ele sozinho, pronto... E depois, então, nós íamos passear. Ele
- 191 (marido) pagava o almoço e o lanche, e o meu genro *levávamo-nos* [levava-nos]. Nós íamos,
- 192 pronto... para longe... íamos passear para longe...
- 193 E.: **Conheceram muitos sítios.**
- 194 P.: É verdade, é verdade. Passeamos muito por acaso.
- 195 E.: **Ele... Ele era um companheiro para si?**
- 196 P.: Como?

197 **E.: Uma companhia para si... o seu marido.**

198 **P.:** Eu gostava muito dele, que ele era uma figurinha, ele era... não é por ser meu marido, mas  
199 era uma figura que eu gostava.

200 **E.: Sim.**

201 **P.:** Claro que eu gostava! *Teve* [Tive] muitos namoros, mas eles eram... Eu era baixinha e eles  
202 também eram e eu queria um...

203 **E.: Um mais alto.**

204 **P.:** ... Um que *mantinha* [mantivesse] mais respeito (risos) ... Se for preciso, se calhar até seria  
205 mais feliz com um assim, mas também *teve* [tive] bocados bons.

206 **E.: É como tudo, há de tudo. Há sempre coisas boas, coisa más.**

207 **P.:** É verdade... é verdade, é.

208 **E.: Depois como é que tudo aconteceu? Como é que ele começou a ficar doente?**

209 **P.:** Olhe, ele em 3 meses apanhou-se... foi assim de repente...

210 **E.: Mas como é que... foi de repente...?**

211 **P.:** Começou, olhe...

212 **E.: Ele trabalhava? Já estava reformado?**

213 **P.:** Ele já. Ele tirou a reforma dele, antecipada, aos 50 anos. Tinha o seguro, *diz* [dizia] ele que  
214 era muita coisa... Tinha lá era a agência, tinha uma agência...

215 **E.: Tinha a agência...**

216 **P.:** ... Tinha a agência e pronto, e trabalhava nisso. E tinha a reforma antecipada. Também fez  
217 uma asneira, ficou a reforma mais pequena, que ele andou muitos anos na fábrica e se tivesse  
218 a reforminha era muito maior e assim foi mais pequena, mas pronto...

219 **E.: Então ele ficava mais por casa?**

220 **P.:** Era. Ia para agência ou para os cafés.

221 **E.: Ah, depois da reforma? Quando já estava reformado?**

222 **P.:** Reformado. E ainda, se andasse a trabalhar na fábrica, ia sempre para os cafés e tudo. Não  
223 era homem de estar em casa, não. Depois, pronto, começou assim com a agência e foi até o  
224 bocadito que a gente... o tempo que a gente passou melhor. Ganhava mais, não era?

225 **E.: Ganhava mais.**

226 **P.:** Tinha a reformita dele e...

227 **E.: E depois como é que ficou?**

228 **P.:** E depois ele...

229 **E.: Depois passado...**

230 P.: ... Ia-me levar à minha mãe, que eu fui muitos anos, que ele (marido) levava-me sempre.  
231 Vou [Ia] às terças e às quintas. Chegava (marido) ... Ainda andava na fábrica e andou muitos  
232 anos, tinha uma motorizada, *apóis* [depois] comprou uma motorizada. Em [No] princípio íamos  
233 a pé, mas *apóis* [depois] comprou uma motorizada e *apóis* [depois] eu fiquei em casa e ele foi,  
234 ia para a fábrica... E ele levava-me à minha mãe às terças-feiras e quintas. Chegava a casa do  
235 trabalho nem comia nem nada, ele saía... Entrava às 6 horas da manhã (e) saía às 2 (tarde).  
236 Levava-me a casa da minha mãe e eu ficava lá, e à noite ia-me lá buscar. Muitos anos,  
237 enquanto a minha mãe esteve *emprégada* [empregada], 2 anos, ela ainda se [impercetível] ...

238 E.: O seu pai já tinha falecido?

239 P.: Já. O meu pai... o meu pai faleceu ainda era... nós éramos todos solteiros, éramos 8 irmãos,  
240 estávamos todos solteiros.

241 E.: E os seus filhos, reconstruíram a vida deles?

242 P.: Os meus filhos estão, pronto *tão* [estão], para dizer que estão assim na miséria não estão,  
243 mas também ricos também... A que vive melhor...

244 E.: É normal.

245 P.: ... A que vive melhor é a que está na Póvoa, essa e um filho que eu tenho à minha beira,  
246 que também é mestre de trolha, também está, também tem... fez uma boa casinha, e pronto,  
247 só tem 2 filhas.

248 E.: Quando o seu marido ficou doente, a Dona A. estava então, estava...

249 P.: Então ele quando ficou doente, ele levava-me (a casa da mãe) e passados muitos anos ele  
250 caía. Caímos (os dois) uma vez.

251 E.: Ah, ele às vezes caía?

252 P.: Caía e eu não sabia porquê, nem ele sabia.

253 E.: Pois.

254 P.: Uma ocasião, a primeira vez que nós *caíamos* [caímos] os dois, ele já caía sozinho, mas ele  
255 dizia sempre: - "Foi fulano que me tocou e eu caí, eu vou assim na mota", pronto... E daquela  
256 vez, a menina não sabe onde é o rio, aquele rio de Alduzinde, que tem uma fábrica grande ali?

257 E.: Não.

258 P.: Até tem um convento, uma [impercetível] entre as freiras...

259 E.: Ah, já sei... já sei.

260 P.: Sabe?

261 E.: Sei, o convento...

P.: Tem ali o [ao] redor, tem uma fábrica grande e tem o rio. E ele, nós metíamos... íamos meter... metíamos por essa fábrica, por esse redondo e ele parou ali, nunca parou, nunca parava e parou ali assim. Nós vínhamos pela direita e ele parou ali. Estava uma camioneta a carregar o povo da fábrica para levar para Sanfins e Eiriz para aí, e ele parou e em vez de, se ele punha os pés no chão não caía, ficou com os pés em cima da coisa da mota, que a motorizada tinha assim uma coisa para pôr os pés, *caíamos* [caímos] ambos, os dois. Caímos ambos os dois assim para o lado da fábrica, por acaso tinha uma beira, nós não demos com a cabeça em nada, não nos aleijámos e ele, e foi assim que começou. Ele disse-me que a culpa foi minha, eu disse: - “A culpa foi tua, que não puxaste os pés ao chão”, mas ainda botou a culpa para mim, mas não se zangou nem nada. Depois vieram e puseram-nos a pé e assim, ele caiu e eu fiquei com as minhas pernas *abaixo* [em baixo] dele, ele ficou com a mota por cima dele, mas não nos aleijámos, pronto. Começou a cair muitas vezes e nós não sabíamos o que era, não é? Ele também não dizia nada. Depois começou a, mas isto já há anos, que ele depois achou-se mais mal, queria andar não podia, foi para a Radelfe (clínica privada) e eles disseram lá que acusava que era, há anos que lhe davam aqueles AVC’s ...

**E.: Ah!**

P.: ... E é por isso que ele caiu muitas vezes sozinho. Ele depois de cair essa vez eu nunca mais fui, eu disse: - “Não vou mais”, e ele queria-me levar que ele isso tinha, quer chovesse, quer fizesse sol, ele levava-me sempre, eu até nem queria: - “Está a chover não vou”, - “Nós chegamos lá num instante”, e pronto. Dessa vez nunca mais fui com ele, tive medo, disse- lhe: - “Podemos cair e ficar bem mal” ... Pronto, mas ele caía sozinho, ele andava por aqui e por ali, ele ia, ele ia *a* [à] Seroa, (ia) buscar-me a Freamunde, chegou a cair umas poucas de vezes pelo caminho. Dizia... Ele dizia que não tinha culpa: - “Eu não tive culpa, olha envararam-me e eu...”, outro dia ao fazer marcha atrás, ao sair de um caminho... e tocou, pronto. Caiu muitas vezes lá perto de casa e tudo... ia com a mota, com a motorizada.

**E.: Então quando ele foi à Radelfe (clínica privada) e lá disseram que eram vários AVC’s, a partir daí é que ele começou...**

P.: Começou a piorar, foi, foi.

**E.: A piorar.**

P.: Nós fomos ao posto médico, tinha uma consulta marcada para mim e para ele, e ele já não podia andar. Já andava... Foi agarrado a um barão que tinha de (ir) devagarinho, foi agarrado. Depois a enfermeira queria-me, queria pesá-lo, ele já não subia para a balança. Ela ajudou-o



294 para ele... para o pesar, pronto, mas ele ainda dizia assim umas asneiritas, que ele às vezes  
295 dizia assim umas asneiras na brincadeira e tudo.

296 **E.: Ainda continuava...**

297 **P.:** Foi. E ela, e a... e ela era C., a enfermeira, e ele disse... ela trazia, assim, o nome assim numa  
298 coisa, na bata, e ele disse: - “Ah você é C.” Diz ela, e ela disse: - “Sou”. E ele: - “Eu também tive  
299 uma rapariga que namorei, para ela, que era C.”, (risos) ... Ele assim, e já andava mal, mas  
300 ainda dizia...

301 **E.: Ainda era bem-disposto.**

302 **P.:** Dizia assim à graça: - “Então, você de onde é?” E ela (enfermeira): - “Sou de Meixomil”, diz  
303 ele (marido): - “Boa terra, a terra do Doutor J.”... nunca mais me *esquece ele* [esqueci dele],  
304 por acaso era o meu médico, era enfermeiro... [impercetível], ainda era enfermeiro...

305 **E.: A Dona...**

306 **P.:** ... Ainda está lá. O que segue é que ele assim começou... Perdeu o andar, andava numa  
307 cadeirinha de rodas, mas isto já foi em agosto.

308 **E.: Era a Dona A. que cuidava dele?**

309 **P.:** Eu tinha a filha... tinha, uma filha mais velha... Ela ainda está solteira.

310 **E.: Ah, a sua filha mais velha é que ficava a cuidar dele?**

311 **P.:** Era, era.

312 **E.: Cuidava mais dele?**

313 **P.:** Era, era, era. Porque eu já não podia dar as voltas, sabe? Porque ele, ele era preciso, ele  
314 estava na cama, caía abaixo da cama, atirava-se e a gente não podia com ele.

315 **E.: A Dona A. também tinha dificuldades, não tinha...**

316 **P.:** ... Pois, pois. Quantas vezes ele caía abaixo da cama e eu não sabia *quê que* [o que é que]  
317 ele tinha... Eu queria levantá-lo e não podia, sabe?

318 **E.: Pois.**

319 **P.:** Depois começamos a chamar (Dona A. e a filha) ... Eu tinha um filho à minha beira, e ele  
320 vinha e levantava-o.

321 **E.: E ele vinha ajudar.**

322 **P.:** Vinha ajudar.

323 **E.: E ele esteve quanto tempo acamado?**

324 **P.:** Esteve pouco tempo, ele acamado esteve para aí... Nós em agosto, em agosto ainda fomos  
325 à Póvoa, mas ele já ia na cadeirinha de rodas, que ele disse que queria ir lá... Os meus filhos  
326 iam para lá passar férias...

327 **E.: Ah, então [impercetível].**

328 **P.:** E nós também fomos muitos anos...

329 **E.: Sim.**

330 **P.:** ... Fomos muitos anos para lá... E ele (marido) ... E ele alugava uma casa e iam os meus filhos  
331 à vez. Nós íamos quinze dias e tinha dois casados à minha beira, numa semana iam os dois  
332 casados, e depois tinha uma (filha) que morava em São Martinho, e ia a de São Marinho... uma  
333 semana, cada um.

334 **E.: Sim.**

335 **P.:** Nós mantínhamos... pronto, era assim. E ele (marido) nesse ano, eles (filhos) foram para a  
336 Póvoa e ele disse: - “Nós *íamos* [vamos] quilhá-los, foram para a Póvoa e deixaram-nos aqui  
337 ficar. Nós também *íamos* [vamos] à Póvoa, também havemos de ir”. E ele já não podia andar,  
338 já ia na cadeirinha, sabe? Mas ele ainda estava, assim, contente por ir. Depois dissemos à  
339 minha filha que estava lá na Póvoa... diz ela pronto, nós até nem saímos... Ele disse: - “Nós  
340 *íamos* [vamos] passar por eles (filhos) e *íamos* [vamos] fazer de conta que nem *nos* [os]  
341 conhecemos”, que eram os que estavam lá... Não foi nada, nós não saíamos de casa da minha  
342 filha, e depois nós contamos à minha filha que estava na Póvoa. Ela agarrou, alugou um Jipe e  
343 fomos todos. Foi ele no Jipe e foi... e fui eu e as 2 minhas filhas solteiras. Fomos lá em agosto e  
344 ele pronto, ainda foi todo contente. À vinda para cá já vinha todo zangado porque o taxista do  
345 Jipe marcou... ele tinha um *frete* [aluguer] ... foi-nos buscar e tinha um *frete* [aluguer] para  
346 fazer depois... que se calhar não podia vir, que não sabia bem (bem) a hora que vinha.  
347 Começou a ser noite e ele (marido) já estava a ficar *enervoso* [nervoso], queria vir embora, já  
348 estava a ficar com nervos...

349 **E.: Não gostava muito.**

350 **P.:** ... Pronto. Tinha lá um neto meu, que era filho dessa minha filha (a que morava na Póvoa),  
351 começou a entretê-lo a ver se o taxista vinha, nisto ele veio e fomos embora... mas ele já vinha  
352 peteiro.

353 **E.: Já não vinha muito bem.**

354 **P.:** Já vinha nervoso.

355 **E.: Já não vinha muito bem.**

356 **P.:** Desde aí começou a piorar, a piorar. Olhe, e foi em agosto, perdeu, *teve* [esteve] uma  
357 semana que já não falava, já não... nem se mexia, mas com as mãos puxava. Ele estava com  
358 uma sonda, já nem comia nem nada...

359 **E.: Sim.**

- 360 P.: A comida ia pela sonda. Tinha a *agrália* [algália] para...
- 361 E.: **Para fazer xixi.**
- 362 P.: Para a urina, era.
- 363 E.: **Para a urina.**
- 364 P.: E ele nas pernas, ele não andava, pronto. Era preciso pô-lo na cama e tudo... [impercetível]
- 365 ... e tudo.
- 366 E.: **Então era essa sua filha que fazia as...?**
- 367 P.: Não, não. Quem depois... quem foi lá, iam lá lhe dar banho e tudo era uns...
- 368 E.: **Do apoio ao domicílio?**
- 369 P.: Do centro. Domicílio de Carvalhosa.
- 370 E.: **Ah!**
- 371 P.: Chegaram a ir lá dar-lhe banho e fazer... Depois elas vieram aqui, depois queriam trazê-lo
- 372 para aqui (instituição de Figueiró), e ele esteve aqui 2 semanas.
- 373 E.: **Ah, esteve aqui?**
- 374 P.: Esteve aqui (instituição de Figueiró) 1 semana, parece-me que foi 1 semana e 2 dias só.
- 375 Esteve aqui e vim eu e veio ele, eu ainda lhe disse: - “Tu queres ir para o centro?” Diz ele: -
- 376 “Não”, mal se percebia. Ele já não falava “não, não te aflijas que eu vou contigo”. “Não te
- 377 aflijas”. Eu vim com ele e (com) a minha filha que está aqui, que está à minha beira, e aqui
- 378 estamos. Depois ele *teve* [esteve] 1 semana e 2 dias, depois aqui achou-se mal e daqui elas
- 379 *levaram-o* [levaram-no] para o hospital, para Penafiel. E eu queria ir com ele e elas (Doutora,
- 380 auxiliares) não deixavam: - “Ele vai e vem, ele vai e vem”, e veio. Depois veio ter aqui, fomos
- 381 embora. Na semana a seguir ele já, porque já, na, na última semana ele já não comia, já não
- 382 falava, esteve uma semana assim.
- 383 E.: **Já estava mesmo...**
- 384 P.: Era preciso receitá-lo com a sonda... Pronto, ficou em casa e eu vim para aqui. Chorei
- 385 muito! Chorei muito!... Por eu vir para aqui e ele ficar em casa, mas elas (auxiliares) depois...
- 386 elas (auxiliares da instituição) daqui é que lhe iam fazer o domicílio, a casa.
- 387 E.: **Iam lá. E depois aí já não durou muito tempo?**
- 388 P.: Não, durou uma semana só.
- 389 E.: **Uma semana.**
- 390 P.: Mas sofreu muito, ele depois, era o que eu ia dizer, e ele nas mãos não tinha nada, sabe?
- 391 Nem falava, a gente falava para ele, mas ele não respondia nem nada.
- 392 E.: **Sim.**

393 P.: Mas estava em juízo dele. E, e ele depois tirava aquilo do nariz, e a sonda, a *agrália* [algália]  
394 ...

395 E.: **Por causa dos nervos, não é?**

396 P.: Aquilo até vinha com sangue, aquilo havia-lhe de doer. Tirava. Nós uma ocasião, foi à noite,  
397 vimo-nos aflitas (Dona A. e filha) porque ele não podia estar sem aquilo, que a gente para  
398 botar, dar de beber, era tudo pela sonda.

399 E.: **É, ele tinha de estar com aquilo.**

400 P.: Depois olhe, vimo-nos aflitas, foi de noite, elas ligaram para um de Ferreira, que ele é  
401 enfermeiro no Hospital de São João ou para aí... Foram ligar para a médica de família, ligaram  
402 para a enfermeira. Não podiam vir. Depois, então, esse tal enfermeiro de Ferreira, ele não  
403 podia vir porque estava no hospital, ligou à mulher e a mulher foi lá meter... que ele (marido)  
404 tirava com as mãos, sabe? Ia devagarinho, devagarinho e tirava. Depois elas toca... teve  
405 [esteve] amarrado na cama, amarraram os braços porque senão ele tirava assim, olhe, olhe,  
406 estava como o cristo, sabe como é...

407 E.: **Foi muito complicado.**

408 P.: Foi, foi, foi.

409 E.: **E complicado também para a Dona A., não é?**

410 P.: Diga?

411 E.: **Foi também complicado para a Dona A. vê-lo a sofrer, foi complicado para a Dona A.?**

412 P.: Muito! Porque sabe, eu vim para aqui e chorava que eu queria estar lá, não é? Só me  
413 lembrava de lhe dar outro desespero e eu não estar lá. Mas elas animavam-me: - “Você não  
414 vá, deixe estar, deixe estar”, isso tenho a dizer, foram sempre muito minhas amigas,  
415 animaram-me muito, foi o que me valeu e, mas chorei muito porque ele estava em casa e eu  
416 estava aqui, sabe? Eu chegava a casa, eu ia logo para a beira dele.

417 E.: **Mas acredita que fez, fez tudo o que pôde?**

418 P.: Olhe, se eu soubesse que ele ia assim depressa, ainda se calhar fazia mais, não saía de lá,  
419 nem de dia nem de noite, sabe? Não é? Mas pronto. Adei, para dizer que ele esteve muito  
420 tempo não esteve, mas sofreu muito.

421 E.: **Sofreu muito.**

422 P.: Sofreu, sofreu.

423 E.: **Olhe Dona A., agora gostava que me falasse acerca do que sentiu após a perda do seu**  
424 **marido... O que é que mudou na sua vida, após ele ter falecido?**

425 **P.:** Olhe, o que mudou na minha vida foi eu estar aqui, que elas animavam-me muito. Se eu  
426 estivesse em casa, eu se calhar até, até não sei (se) aguentaria sabe? Ali a olhar para o sítio  
427 onde ele... até foi assim uma coisa... olhe, vou-lhe contar como é que foi. Foi um fim-de-  
428 semana, ele faleceu num domingo, dia 22 de setembro, vai fazer 2 anos. A minha nora tem um  
429 filho casado em Paços, e eles foram lá nesse domingo e estávamos assim, à beira dele a falar,  
430 nós os 2, os três a conversar e eu disse-lhe assim: - “Oh H., vamos lá para fora para não estar  
431 aqui a conversar que ele se calhar”, ele não falava nem nada... eu disse: - “Ele até se pode estar  
432 a incomodar de *nós ouvirmos* [nos ouvir] aqui a falar”... Ele estava na cama e nós estamos  
433 assim à beira, saímos, temos uma marquise e estávamos assim a conversar. A minha nora...  
434 mas a minha nora antes, já lhe tinha metido um iogurte pela sonda e água, e viemos para fora.  
435 Passado um bocado ela (nora) foi lá dentro ver, chamou: - “Oh H., Oh H.”, o meu filho, “Oh H.,  
436 Oh H.” e nós fomos logo a correr, já estava... já estava.

437 **E.: Então o que mudou na sua vida? Acha que o facto de ter vindo para aqui... O facto de ter**  
438 **vindo para aqui, foi uma opção sua?**

439 **P.:** Para mim... Não, que eu não queria vir.

440 **E.: Foi o facto de não ter ajuda e precisar de vir para cá.**

441 **P.:** Eu não queria vir, sabe porquê menina? Eu ainda entendia que ainda podia fazer (o meu)  
442 trabalho, não é?

443 **E.: Exato.**

444 **P.:** Eu estava em casa, mas eu tinha um quintalzinho. Eu cuidava dele sabe?

445 **E.: Não queria...**

446 **P.:** Mas eu...

447 **E.: Então quem é que, o que é que a fez...?**

448 **P.:** Foram as minhas filhas é que arranjaram, sabe?

449 **E.: Disseram para vir para cá.**

450 **P.:** É, disseram. E eu chorei muito porque eu... a minha vontade não era essa, mas também  
451 queria vir com ele (marido), não queria que ele ficasse...

452 **E.: Não queria que ele ficasse...**

453 **P.:** Não queria que ele viesse e eu ficasse, não é?

454 **E.: Claro.**

455 **P.:** Pronto. Eu vim mais por causa disso, pronto. Depois...

456 **E.: Então o que mudou mais... continue... continue... desculpe Dona A.**

- 457 P.: ... E depois quando ele ficou em casa, eu vim para aqui (instituição). Isso aí é que eu...  
458 pensei em tanta coisa, tanta coisa... nem lhe posso explicar sabe?!
- 459 E.: **Mas então, a sua vida desde que ele morreu, a sua vida mudou pelo facto de ter vindo**  
460 **para aqui, para a instituição?**
- 461 P.: Estou muito contente. Muito contente. Por acaso, ao primeiro, é como eu digo, não queria.  
462 Mas estou contentíssima, se eu não viesse para aqui, eu estava ali em casa sempre a olhar  
463 para o sítio sabe? Sentava-me no sofá, que ele estava na sala numa caminha própria para ele,  
464 e eu estava... estava ali [impercetível], estava a olhar para o sítio sabe?
- 465 E.: **Sim, sim.**
- 466 P.: Por isso, para mim foi uma coisa boa. Ao princípio não gostei, não gostava... mas para mim  
467 foi uma coisa boa, sabe?
- 468 E.: **Não foi... O sofrimento não era tanto.**
- 469 P.: Que a gente aqui entretém-se muito.
- 470 E.: **E não era... o sofrimento não era tanto.**
- 471 P.: É sim senhora. É verdade, é verdade.
- 472 E.: **Houve mais alguma coisa que mudou na sua vida, desde que ele faleceu?**
- 473 P.: Desde que ele faleceu não mudou, pronto, também ainda foi há pouco, mas não.
- 474 E.: **Mas a Dona A., era a Dona A. que cuidava... Era ele que cuidava do dinheiro, dessas**  
475 **coisas?**
- 476 P.: Ah, era ele.
- 477 E.: **Era ele?**
- 478 P.: Era, era, era, era.
- 479 E.: **Depois de ele estar reformado passou a ser a Dona A. a cuidar dessas coisas?**
- 480 P.: A minha filha (filha solteira).
- 481 E.: **Ah, foi a sua filha!**
- 482 P.: Ela é que trata de tudo, que eu não faço nada.
- 483 E.: **A sua filha é que tratava de tudo.**
- 484 P.: Ela é que trata de tudo... Era, era. Ela era a mais velha e ela...
- 485 E.: **É solteira, não é?**
- 486 P.: É solteira é. Tem 63 anos é... é que trata de tudo, eu isso não me preocupo.
- 487 E.: **Mas não é a que está aqui?**
- 488 P.: Não, não. Esta já é a quinta.
- 489 E.: **Eles são todos amigos uns dos outros, os seus filhos?**

- 490 P.: Ah, são, são, são, são.
- 491 E.: **Ainda bem. O que é que a Dona A. fez para superar a dor, ou faz para superar a dor?**
- 492 (“Sim?” Interrupção bateram à porta)
- 493 E.: **O que é que fez ou faz para superar a dor?**
- 494 P.: Rezava muito, muito, muito, muito. Passava noites a rezar, sabe?
- 495 E.: **E agora ainda?**
- 496 P.: Ainda, ainda, ainda...
- 497 E.: **Ainda reza muito?**
- 498 P.: Ainda, ainda... Graças a Deus tenho vontade de rezar.
- 499 E.: **Ajuda para...**
- 500 P.: Ajuda, ajuda. Ajuda-me a aliviar.
- 501 E.: **Ajuda para que sinta menos dor.**
- 502 P.: É verdade. É, é.
- 503 E.: **Que estratégias é que adotou ou adota, para viver o seu dia a dia? No seu quotidiano...**
- 504 **No quotidiano que coisas é que costuma fazer para ajudá-la a viver mais feliz, para não**
- 505 **sofrer tanto, para não sentir tanta tristeza...**
- 506 P.: Olhe, sabe o que eu gostava? Era de ir à igreja, muito. Gostei sempre, mas agora já desde
- 507 princípio de janeiro que não vou.
- 508 E.: **Deixou de ir?**
- 509 P.: Deixei de ir. Ia ao cemitério todos os dias, todos os dias.
- 510 E.: **Mas porquê que deixou de ir?**
- 511 P.: Porque eu apanhei uma gripe, *tive* [estive] muito mal, e eu não ia para não apanhar frio.
- 512 E.: **Não quis arriscar.**
- 513 P.: Apanhei uma gripe de janeiro e por causa disso, o tempo ia frio à noite, a missa é à noite ao
- 514 sábado, e ao domingo é de manhã e ia frio eu não *cria* [queria], não *cria* [queria], tinha medo
- 515 de piorar.
- 516 E.: **Sim, sim.**
- 517 P.: Pronto, e já estava a ficar boa daquela. Apanhei outra agora, ainda ando com tosse, mas
- 518 agora já está a passar.
- 519 E.: **Já está a passar, ainda bem.**
- 520 P.: Mas eu gosto... gostava muito de ir à missa, de ir ao terço ao domingo ver... Só se as minhas
- 521 filhas fossem lá (visitá-la a casa) é que eu não ia, senão eu ia sempre ao terço, sempre, sempre.

- 522 **E.: Oh Dona, o que é que a Dona A. faz para... O que é que a Dona A. faz no seu dia a dia para**  
523 **superar o luto, para superar a perda do seu marido?**
- 524 **P.:** Não faço nada agora, *quê que* [o que é que] hei-de fazer!
- 525 **E.: Então e as atividades que faz aqui no centro...**
- 526 **P.:** O que faço aqui no centro...
- 527 **E.: Ajuda?**
- 528 **P.:** Ajuda muito... muito... que eu até gosto de estar entretida. Não gosto de estar sentada no  
529 sofá, a chegar-me o sono.
- 530 **E.: Então o facto, pronto, essas coisinhas que faz no dia a dia...**
- 531 **P.:** Gosto.
- 532 **E.: Está entretida...**
- 533 **P.:** *Tou* [estou] ... *tou* [estou].
- 534 **E.: Ajuda também a que...**
- 535 **P.:** Ajuda, ajuda.
- 536 **E.: ... Se sinta melhor, não é?**
- 537 **P.:** Ajuda muito porque a gente não está a pensar, não é? E por acaso, foi o passo melhor que  
538 eu dei, foi este. E desde que... ao primeiro custou-me muito, mas agora estou muito contente.
- 539 **E.: Há quantos anos é que está cá, no centro?**
- 540 **P.:** Como?
- 541 **E.: Há quanto tempo é que está aqui, no Centro?**
- 542 **P.:** *Tou* [Estou] vai fazer... ele (marido) veio para aqui, esteve aqui 2 semanas e *apóis* [depois]  
543 faleceu... vai fazer 2 anos em setembro, ele faleceu no dia 22 de setembro. Por isso, se esteve  
544 2 semanitas é pouco.
- 545 **E.: Não... A Dona A. já está aqui há quanto tempo? A Dona A.?**
- 546 **P.:** Vim com ele.
- 547 **E.: Veio com ele.**
- 548 **P.:** Talvez no princípio de setembro.
- 549 **E.: É, é.**
- 550 **P.:** Vai fazer 2 anos talvez no princípio de setembro.
- 551 **E.: Dois aninhos, dois aninhos.**
- 552 **P.:** É.
- 553 **E.: Que tipos de apoios físicos ou humanos recebe ou recebeu? Apoios físicos, apoios**  
554 **económicos, recebe algum apoio?**



- 555 P.: Apoios económicos...
- 556 E.: **Tem a sua reforma?**
- 557 P.: Tenho a minha reforma e a dele.
- 558 E.: **E a dele.**
- 559 P.: É, é.
- 560 E.: **E humanos? Tem apoio... Ajuda de quem?**
- 561 P.: Humanos como?
- 562 E.: **Ajuda de quem? Quem é que a ajuda?**
- 563 P.: Ah, tenho dos filhos.
- 564 E.: **Com a perda do seu marido, quem é que mais a ajuda?**
- 565 P.: Ah, os meus filhos, é! Ah é... eles são muito meus amigos!
- 566 E.: **Os seus filhos ajudam muito?**
- 567 P.: São, são, são, são, são. Vão lá muitas vezes (à sua casa) ...
- 568 E.: **Ainda bem.**
- 569 P.: É verdade.
- 570 E.: **Tem vizinhas ou amigas?**
- 571 P.: Tenho, mas eu não sou daquelas que vou para casa das amigas nem dos vizinhos, não, não
- 572 sou. Era igreja, cemitério, vinha pelo cemitério, dava ali umas voltinhas...
- 573 E.: **Mas as suas amigas ajudaram-na?**
- 574 P.: Ajudaram, ajudaram, ajudaram, ajudaram... é verdade, é.
- 575 E.: **Mas agora o principal apoio que tem é os seus filhos?**
- 576 P.: É os meus filhos. É verdade, é.
- 577 E.: **O que é que mais gosta de fazer depois do seu marido ter falecido?**
- 578 P.: Eu o que mais gosto de fazer é *tar* [estar], aqui a trabalhar, não é? Naquilo que eu sei... ou
- 579 pronto, e de rezar e pronto. De resto não faço mais nada... em casa pouco faço. Ao sábado, às
- 580 vezes, ainda vou um bocadito para o quintal e assim, mas é pouco. A minha filha não me deixa.
- 581 E.: **Não deixa, tem...**
- 582 P.: Não quer, não quer.
- 583 E.: **A Dona A., a Dona A. tem problemas nos ossos?**
- 584 P.: Se eu andar no quintal, basta andar...
- 585 E.: **Tem dificuldades.**
- 586 P.: Tenho dificuldades, não é? Começa-me logo as dores nas costas.
- 587 E.: **Sim.**

- 588 **P.:** Mas se não andar *agueichada* [agachada], ando de joelhos.
- 589 **E.: Anda...**
- 590 **P.:** De qualquer maneira (risos).
- 591 **E.: E o que é que gosta menos de fazer depois da perda?**
- 592 **P.:** O que gosto menos de fazer? Menos de fazer... eu nem sei. Nem sei o que é.
- 593 **E.: É difícil de responder.**
- 594 **P.:** É difícil, pois é.
- 595 **E.: Olhe Dona A., se a Dona A. quiser fazer alguma pergunta ou se quiser acrescentar mais**
- 596 **alguma coisa esteja à vontade, assim finalizamos a entrevista.**
- 597 **P.:** Está bem. Olhe...
- 598 **E.: Eu agradeço-lhe por ter estado aqui a falar comigo.**
- 599 **P.:** Também gostei muito de estar a falar.
- 600 **E.: O seu filho faleceu com 34 anos?**
- 601 **P.:** Com 34 anos.
- 602 **E.: Então ele...**
- 603 **P.:** Foi, foi.
- 604 **E.: Era um sofrimento muito grande.**
- 605 **P.:** E ele morreu assim de repente.
- 606 **E.: De repente.**
- 607 **P.:** De repente.
- 608 **E.: Então a Dona A., o seu marido lá [impercetível]...**
- 609 **P.:** Nós íamos para a Póvoa, *diz ele* [ele dizia]: - “Vamos, eu [impercetível] ” passar por baixo...
- 610 **E.: Sim, eu sei onde é.**
- 611 **P.:** E depois aí íamos à Póvoa, ele (marido) dizia: - “Vamos à Póvoa”, ir passear até à Póvoa. Ele,
- 612 íamos passear, tinha lá um lugar que era do rancho, deles dançar e ele, “olha”, ele sabia que
- 613 eu gostava muito de dançar... E ele: - “Vamos ver”, e eu virava logo a cara para o lado, nem
- 614 queria ver ranchos, nem queria ver nada. Andava numa tristeza terrível, pronto. Mas ele era
- 615 para me entreter que eu sei, que era para me entreter, mas pronto, olhe... Passei também um
- 616 bocado muito ruim, passei. Pois, passados uns anitos morreu-me um neto com 34 anos
- 617 também. Ele morava ali, eu criei-o, estive com ele 4 anos, a mãe dele foi para a Suíça a mais o
- 618 pai, e eu fiquei... Eram 3, eram 3 irmãos, e eu, nós, ficaram em minha casa e ele morreu
- 619 também com 34 anos.
- 620 **E.: Oh Dona A. ...**

- 621 P.: E também apareceu morto na cama, também.
- 622 E.: **Isso é complicado.**
- 623 P.: Ele não estava casado.
- 624 E.: **Esta sua filha que está aqui no centro...**
- 625 P.: Diga?
- 626 E.: **Esta sua filha que está aqui no centro, ela tem então problemas?**
- 627 P.: Tem, e também foi de fazer uma asneira, que ela fez.
- 628 E.: **Tem problemas.**
- 629 P.: Mas o que eu (já) passei com ela também, sabe? Ela andava a servir...
- 630 E.: **Mas hoje já está melhor? Agora já está melhor?**
- 631 P.: Já está melhor. Dava-lhe ataques *epilétricos* [epiléticos], ela aquilo... e eu chorava imenso
- 632 sabe?
- 633 E.: **Sim, sim.**
- 634 P.: E agora não dá porque ela anda medicada, não é? Mas de vez em quando, ainda faz assim
- 635 (sons de como a filha faz) passa-lhe aquilo, passa.
- 636 E.: **É difícil, é complicado, não é Dona A.?**
- 637 P.: O que eu passei com ela, um mês sem saber dela e ela no hospital de São João. Fomos lá
- 638 vê-la, ela não nos conhecia nem nada. Olhe... olhe... Sabe menina, a vida é assim, tem altos e
- 639 tem baixos, pronto.
- 640 E.: **E ela aqui no centro de dia costuma estar consigo?**
- 641 P.: Está, está. Imos comer, ela vai sempre à minha beira. Vimos as 2 na carrinha e vamos.
- 642 Agora. Agora ela...
- 643 E.: **Agora é que a Dona A. fica ali na sala das atividades...**
- 644 P.: Agora eu vou para ali para trabalhar e ela vai para outro lado. Ela não quer fazer nada disso.
- 645 E.: **Não quer.**
- 646 P.: Não. É assim.
- 647 E.: **Pronto Dona A. ...**
- 648 P.: É assim a vida.
- 649 E.: **Mas o seu marido era seu amigo?**
- 650 P.: Era, ah e dava-me muitas prendas, muitas, muitas, muitas.
- 651 E.: **Ah era? Dava-lhe muitas prendas?**
- 652 P.: Quando eu fazia anos ele dava-me sempre uma prenda, todos... sempre, sempre. Tinha de
- 653 tudo... sabe como é a menina, sabe como é?

654 **E.: Eu sei, sei.**

655 **P.:** Pronto. A menina é solteira, não é? Ainda não sabe bem, mas pronto.

656 **E.: Não.**

657 **P.:** Tínhamos altos e baixos, não é? (risos).

658 **E.: Sim, sim.**

659 **P.:** Ele também tinha lá as ideias dele, ele gostava também, pronto, de andar por lá, pronto e a  
660 gente pronto... era assim.

661 **E.: Sabe que eu sei essas... Eu já não tenho avós...**

662 **P.:** Ah!

663 **E.: ... Mas lembro-me da minha avó contar, e era a mesma coisa.**

664 **P.:** Era? (risos).

665 **E.: Era a mesma coisa, e foi um casamento também por amor.**

666 **P.:** Pois, pois.

667 **E.: Um casamento bonito, mas o meu avô também ia para o café, bebia...**

668 **P.:** Pois, pois é... pois... E isso já se sabe... Ele (dinheiro) agora já se chega melhor um  
669 bocadinho, mas naquele tempo...

670 **E.: É, é.**

671 **P.:** ... A gente tinha de o poupar muito porque senão a coisa... claro, ele não chegava.

672 **E.: É complicado.**

673 **P.:** É assim a vida.

674 **E.: Olhe Dona A. muito obrigada.**

**ID 12**

1 **E: Dona I., neste momento, sente-se em luto? Sim ou não? Neste momento sente ainda dor,**  
2 **tristeza.**

3 **P:** Sinto, muito ainda.

4 **E: Sente...**

5 **P:** [impercetível].

6 **E: Diga, não percebi.**

7 **P:** Quando há festejos, quando tenho os filhos em casa, quando estou em casa dos filhos, sinto  
8 a falta dele (marido), porque ele não *estava* [está] lá.

9 **E: E...**

10 **P:** Quando vou à carteira e vejo a carta (carta de condução), e se quiser voto fora, mas eu não  
11 quero votar fora.

12 **E: Quer guardar.**

13 **P:** Porque é aquela recordação. Já me *lembra* [lembro] se ele tivesse vivo tinha a cartinha,  
14 íamos os dois [impercetível] ...

15 **E: Então, neste momento, ainda sente a perda do seu marido?**

16 **P:** Sinto muito.

17 **E: Agora gostaria que me falasse de si, da sua vida, das suas origens, dos seus pais, dos seus**  
18 **irmãos...**

19 **P:** Em primeiro lugar, o meu pai, o meu marido ainda era vivo, e eu tinha o meu pai e a minha  
20 mãe que moravam mesmo pertinho de mim. E eu *foi* [fui], nós somos 7 irmãos e de 7, fui eu a  
21 única que olhei pelo meu pai, que ele precisava de ajuda. Que a minha mãe não podia olhar  
22 por ele.

23 **E: Sim.**

24 **P:** Precisava de ajuda... No fim teve que cortar uma perna. Esteve no hospital em Penafiel, no  
25 velho, o novo ainda não *era* [estava] feito e esteve lá 15 dias, 15 dias não, 1 mês inteiro. *Cortou*  
26 [cortaram-lhe] a perna e eu ia lá todos os dias, os outros filhos não iam, mas eu ia lá, todos os  
27 dias. Veio para a casinha dele, eu ia lá levar o pequeno-almoço, ia levar o almoço a casa dele, é  
28 que lhe dava banho, *fazia* [fazia-lhe] a barba, fazia-lhe tudo.

29 **E: Sim, sim.**

30 **P:** Pronto. Chegou *a pontes* [ao ponto], o Senhor chamou por ele, pronto. Foi uma pena  
31 enorme porque eu acho, *em* [na] minha opinião, que me custou mais a mim do que aos meus  
32 irmãos, porque eu é que estava ali *mesma* [mesmo], pronto. Ficou a minha mãe só. A minha

mãe ficou sozinha, mas não podia se vestir, não se podia levantar, não se podia, fazer nada. Empurraram-me (irmãos) também para a (minha) mãe. Passado um mês, o meu pai morreu no dia 6 de novembro e, e no dia, dia 3 de novembro que ele morreu. E a minha mãe, eu fui lá na véspera à noite, pus, estava deitadinha na cama numa beirinha, cai ou não cai que ela onde se deitasse era onde ficava. Ela não abria as mãos, nem nada... E então eu cheguei a casa: - “Ui mãezinha, o quê que está a fazer aí?” Então peguei nela, levantei-a, tirei-lhe a roupinha toda, vesti-lhe a camisa de dormir, *pus a* [pu-la] no meio da caminha, pus a cabecinha, tive que metê-la toda direitinha, que ela *de* [da] forma (que) *lha* [a] deitasse era (da) forma que ela ficava, que ela não se virava para bater em nada. Tudo bem. Eu fui com a mão por debaixo da roupa, ao meter os pés, os pés estavam mais frios do que quentes. Eu fui aquecer um bocadinho de água e meti numa botija, embrulhei [impercetível] e pus aos pés. Parei um bocadinho. E ela (mãe) nisto disse: - “Ui, que quentinho!” E eu assim: - “Você disse que tinha os pés quentes, tem-nos mais frios do que quentes. Quer que tire isto fora?”, - “Ai não, não que isto é quentinho”, - “Pronto mãezinha, posso ir embora?”, - “Podes filha, estou bem, agora estou mesmo bem, não posso estar melhor”, - “Pronto oh mãezinha, então vou embora”. Eu vim-me embora, mas eu fazia terras, tinha 4 cabeças de gado, da minha terra, não é? Não era da terra dos meus pais, os meus pais tinham uma quinta muito grande.

**E: Então a Dona I. andou na escola, mas trabalhou sempre na agricultura?**

**P:** Sempre, sempre, sempre. E vim-me embora, *prontos* [pronto]. Ao outro dia de manhã fui tirar o leite a uma vaca. Fui tirar o leite a uma vaca, nisto entra o meu marido pela porta dentro e diz: - “Anda à tua mãe, anda à tua mãe” Disse: - “Ainda fui lá ontem à noite, deixa-me em paz!”. A vaca teve medo, deu-me um pontapé em mim, eu caio para trás de costas, o balde virou todo, o leite todo no chão. Lá vinha (esperar) por esta, estava a minha mãe morta na cama. Se eu fui na véspera tudo bem, ao outro dia aparecer morta e *apóis* [depois] o azar que estava no primeiro dia de período. O período (som) ...

**E: Foi logo...**

**P:** O assustar-me...

**E: Complicou...**

**P:** Fugiu.

**E: Complicou...**

**P:** Fugiu, nunca mais tive (menstruação). Andei 5 anos num médico próprio de, disso, fez-me a [impercetível], para ver se era outra vez a menopausa daqui e de acolá, andei 5 anos *de* [em] tratamento. Estava (de) 2 em 2 dias, 3 em 3 meses, uma vez estive 4 meses, outra vez era de

66 15 em 15 dias, (e) eu era sempre certinha, assustei-me com aquilo. Passados 3 anos, 3 anos  
67 mais ou menos, aparece a doença do meu homem.

68 **E: Apesar do trabalho todo e isso, o que é que fazia para se divertir?**

69 **P:** Para me divertir era assim, era aos domingos, *pegava* [pegávamos] no carro, eu e o meu  
70 marido, (e íamos) até casa de uma irmã, ou íamos até a um centro qualquer, por exemplo até  
71 ao centro de Paços ou Vizela, ou *a* [à] Citânia de Sanfins... Dávamos sempre um passeinho, nós  
72 os dois. Outras vezes a casa dos meus sogros, os meus sogros eram muito meus amigos.

73 **E: Sim, sim.**

74 **P:** A minha sogra era uma santa para mim, uma boa sogra por acaso. Ia até casa dos meus  
75 irmãos, nós dávamo-nos sempre todos muito bem.

76 **E: Iam assim a casa...**

77 **P:** Íamos uns aos outros, íamos, íamos e partilhávamos assim a vida.

78 **E: Como é que se conheceram?**

79 **P:** O meu marido? Olhe, o meu marido era namoro da minha irmã e o marido da minha irmã  
80 era meu namoro.

81 **E: Ah, assim ao contrário?**

82 **P:** Era.

83 **E: Hum, hum.**

84 **P:** E eu *tava* [estava] com um, tínhamos tencionado em casar para os santos, isto em agosto...  
85 E após [depois] o meu marido perguntou-me pela minha irmã e eu disse: - “A minha irmã está  
86 na praia mais a mãezinha”. Digo assim: - “Mas olhe, se quiser falar com ela pode ir falar *para*  
87 [com] ela, que ela já deixou o correio” E ele disse: - “Então eu vou lá”. Eu tinha dito ao homem  
88 da minha irmã, que era o meu namoro, com quem eu ia casar para os santos, disse-lhe a ele ou  
89 que fosse ter à praia ou que esperasse que eu chegasse da camioneta. E ele (marido) então  
90 preferiu que eu chegasse da camioneta, da praia. *Após* [depois] o meu marido, a minha irmã,  
91 o correio chegou. Ela gostava dele, estava a falar para ele. *Após* [depois] “Carago, a sua irmã  
92 nunca mais vem!”, – “Eu vou ver se ela vem”. Fui à beira dela: - “Como é? Tu disseste para ele  
93 vir, eu mando ele vir e tu agora fazes isto? Olha, se tiveres coragem de o enganares,  
94 [impercetível] ”. Eu fui, cheguei à beira do meu homem e disse: - “Se pretender a casar procure  
95 outra rapariga que você, que (com) a minha irmã nunca mais chega a ser”. O meu homem já  
96 tinha 30 anos, 31, era assim. E eu ao dizer-lhe aquilo, ele disse: - “Já que não *posso ser* [pode  
97 ser] com a sua irmã *posso ser* [pode ser] consigo” Eu disse: - “Eu não! Você com a idade que  
98 tem não pode brincar com a minha irmã, vem agora brincar comigo? Não, porque eu tenho a

minha vida já programada e estou, e tenciono casar agora para os santos, por isso não vou”. Mas ele aqui, acolá, aqui, acolá e por fim disse-lhe: - “O primeiro que chegar a minha casa domingo é o que tem sorte”. *Prontos* [Pronto], no domingo a seguir quem chegou primeiro foi o meu homem (marido), e eu fui falar para o meu homem. O homem que é hoje da minha irmã chegou, e a minha irmã foi-me chamar: - “Oh I. anda que está ali o S.M.”... E eu peguei e disse ao meu homem: - “Se quiseres [impercetível] espera aí um bocado que eu agora vou para cima, vou-lhe dar o que é dele e despacho”. E eu firme, zangada que ele chegou tarde, ter um ponto de pegar. *Prontos* [Pronto] e assim desisti. Pronto, o homem que é da minha irmã hoje, ainda esteve 1 ano (fora), foi para França com o desgosto de eu desistir. Foi para França e *apóis* [depois] passado 1 ano é que pedi (em) namoro à minha irmã. Que a minha irmã já tinha 30 anos e ainda estava solteira.

**E: Ele ainda estava...**

**P:** E eu e o meu homem passado 5 meses casamos.

**E: (Risos breves) Foi uma história ali...**

**P:** Foi, foi, foi, apesar...

**E: Como é que era a vossa vida de casal?**

**P:** A minha vida de casal, (foi) uma vida muito difícil. Foi uma vida de muita cruz, muito pesada, muito forte, muito chorona, muito negra, muito...

**E: Porquê Dona I.?**

**P:** Muito difícil. O meu marido, os meus sogros tinham 2 quintas e tinham 3 criados e, os filhos andavam habituados a andar com as mãos atrás do bolso, atrás dos criados. Os criados é que pegavam numa machada, pegavam no alvião [ferramenta para revirar a terra], é que pegavam nas ferramentas mais pesadas e os filhos, era só mandar, sabe? O meu homem não estava habituado a andar em empregos. Olhe, casei... ele tinha que ir para um emprego, que eu não tinha outro modo de vida, a não poder ser assim. Mas ia para uma banda que era ferramenta às costas, ia para outra fábrica que era *toca canudos* [?], ia para outra banda... era daqui e acolá e eu estava na terra a lavar, que ainda não era minha, era dos meus pais, que estava a fazer para ajudar um bocadinho. Só que eu estava mais tempo em casa do que a trabalhar. Eu tive os 3 filhos, que nunca tive abono de filho nenhum. Eu nunca tive abono de filho nenhum. Criei os 3 filhos, sem nunca ter abono.

**E: O seu marido o que é que fazia?**

**P:** Ele não tinha emprego certo. Ele era carpinteiro, andou numa fábrica, ele andou no pomar, ele andou...



132 **E: Andava ali...**

133 **P:** *Prontos* [Pronto], não *está* [estava] habituado a andar em empregos, pronto. Era lá tudo  
134 meninos *de* [da] mamã.

135 **E: sim.**

136 **P:** Não *está* [estava] habituado.

137 **E: sim, sim.**

138 **P:** E *apóis* [depois] tornou [impercetível], todos bebem, *tem* [tinha] de fazer alguma coisa...

139 **E: Tinha...**

140 **P:** O dinheiro não chegava para tudo, mas ele dizia: - “Tu, quanto mais dinheiro tens, tu mais  
141 gastas”, - “Que dinheiro eu posso gastar, se tu ao fim do mês não me trazes dinheiro  
142 nenhum?!”. Estava-me a gerir só ao dinheirito do leitito de vaca.

143 **E: Como é que era a vossa relação?**

144 **P:** Através disto fazia a gente andar sempre a resmungar, um com o outro.

145 **E: Mais a resmungar. Mas ao mesmo tempo também tinham...**

146 **P:** Bater nunca me bateu, ir à mão ao dinheiro nunca foi. Só que eu tinha o dinheiro num sítio  
147 que sabia ele e sabia eu, mas eu de vez em quando, dava falta que alguém ali me pegava em  
148 dinheiro. Tinha alturas, era quase todos os meses. Eu punha ali o dinheirinho, sabia o que ali  
149 estava que a minha memória naquela maré era fresca e, quando precisasse de dinheiro  
150 tornava a ir lá e já faltava menos 5 euros. Na maré eram os cinco contos, que era em contos na  
151 altura. Faltam-me aqui cinco contos... Como os rapazes eram novos, andavam por aqui, (e) por  
152 acolá a passear “esta remessa [impercetível] vão para o cinema, são eles que me vêm buscar  
153 dinheiro, eu vou esmagá-los”. Eles (filhos) chegavam a casa, sofriam por causa do pai. Eles até  
154 choravam: - “Nós não pegamos em (dinheiro) nenhum, nós não pegamos em (dinheiro)  
155 nenhum”. E ele a saber que era ele (marido) que ia lá tirar os cinco contos, *ver* [via] eu a  
156 resmungar com os filhos e ele não se cortava.

157 **E: Mas como é que era a vossa relação? Sem ser esses problemas, também tinham**  
158 **momentos bons?**

159 **P:** Quais momentos?

160 **E: De carinho, de amor.**

161 **P:** Aquele carinho que eu havia de receber do marido, como vejo muitos a ter, vejo os meus  
162 cunhados...

163 **E: Foi um casamento por amor?**

P: Eu *foi* [fui], mas ele (marido) nunca me dirigiu grande amor. Eu fui, casei por amor, mas nunca fui muito acarinhada *com* [por] ele. Nunca. Ele fez-me chorar lágrimas de sangue. Nunca mais quis homem nenhum, porque eu fiquei cheiinha de homem. Aquele chegou, nunca me deu grandes carinhos, se eu dissesse a ele que queria alguma roupinha... Eu gostava de ter (uma) vida conversada, tudo o que eu conversasse com ele era sempre “não”, “tu estás morta para me impores o dinheiro”, e ao outro dia acordava: - “Vai lá dar isto aos moços”. Eu dizia: - “Oh homem, eu conversei contigo ontem há noite aqui na cama, enquanto não me puseste a chorar não descansaste, não me disseste sim, e agora acordas dizes sim. Porquê que me pões a chorar? Tu calavas-te, pensavas, dormias, acordavas e *apóis* [depois] ao outro dia dizias-me sim ou não!”.

**E: E depois quando é que ele ficou doente?**

P: Quando ele ficou doente, aí a vida modificou. Modificou porque ele deixou de me tirar dinheiro, que era ele que me tirava. Quando ele morreu, nós fomos ver os bolsos todos da roupa toda dele e não havia um bolso que não tivesse cinco contos.

**E: Mas antes, antes, como é que ele ficou doente? Como é que tudo aconteceu?**

P: Não sei, começou-se a queixar de lado, começava “doí-me daqui, doí-me daqui!” (marido).

**E: Isso depois da sua mãe, não foi Dona I.?**

P: Depois da minha mãe. Começou-se assim a amolecer, eu assim a vê-lo a fugir, eu assim: - “Deus me livre homem, tu estás a ficar mesmo, Deus, Santo Nome, tu ainda comes bem...”, eu não sei, foi assim uma coisa. Foi ao médico, viu os exames e foi logo de acelero. Ele durou, ele no dia que morreu, ele morreu no dia 6, no dia 6 às 5 horas (tarde) (e) ainda comeu um bom prato de letria.

**E: E...**

P: Cheiinho, comeu...

**E: Era a Dona I. que cuidava dele?**

P: Sim, mas era, era sempre a chorar, depois cansei-me.

**E: Claro.**

P: Apanhei (um) esgotamento *de* [no] cérebro e uma depressão nervosa.

**E: Apesar de tudo, apesar de tudo ele era um companheiro para si, não era?**

P: Olha bem, eu o amor que tinha por ele era o meu único companheiro, que me satisfazia, que sentia-me feliz com ele ao meu lado. Mas ele para mim, não era um marido que gostava...

**E: Um marido de...**

P: Não era aquele marido de me dar apoio.

197 **E: ... Dar carinho, de ajudar.**

198 **P:** Dar-me carinho, dizer assim: - “Oh mulher, tu queres dar a mota ao (nosso) filho? Olha,  
199 espera mais 1 mezinha ou 2, compor mais a vida”, ser assim uma vida conversada. Gostava de  
200 *ser* [ter] uma vida mais conversada, os dois.

201 **E: Sim, sim.**

202 **P:** Estarmos os dois juntos, mas não. Os filhos era sempre a mim que me pediam: - “Ide pedir  
203 ao vosso pai, que isto pertence (mais a ele) ”, - “Oh mãezinha, se formos pedir ao paizinho  
204 andamos com o rabiote ao léu”, - “Mas isso é do vosso...”, - “Você tem mais habilidade”. Eu ia  
205 para a cama: - “E sabes, olha os (nossos) filhos fizeram 13 meses e meio um do outro, *quer*  
206 [querem] uma mota”, - “Oh, já está, que arreventa (com) o dinheiro”. E depois ao outro dia: -  
207 “Vai lá comprar a mota”, - “Oh homem, eu ainda não sou viúva, as motas pertencem mais a ti,  
208 vai tu com eles oh laranjeiro, comprar as motas”. Mas não ia.

209 **E: Já percebi.**

210 **P:** Até sentia vergonha, era nisto que não tinha...

211 **E: Sim.**

212 **P:** ... Aquele acompanhamento.

213 **E: Não tinha aquela...**

214 **P:** Sim.

215 **E: Sim.**

216 **P:** É coisa que vejo *as* [nas] minhas irmãs, eles para elas. “ Vocês sempre tiveram sorte”, nunca  
217 tive, nunca tive aquilo (carinho, apoio).

218 **E: Nunca teve...**

219 **P:** Não, não. Nunca tive aquele carinho dele, o carinho dele não me afetou.

220 **E: Agora gostava...**

221 **P:** O que me afetou foi a presença.

222 **E: A presença...**

223 **P:** Aquele amor que eu sentia em mim e a presença. Estar à noite a jantar, estou a jantar  
224 sozinha que (antes) estava ao meu lado, vou para qualquer lado e ia comigo, (agora tenho que  
225 ir) sozinha, estou em casa estou sozinha...

226 **E: Agora gostava que a Dona I. me falasse acerca do que sentiu, após perder o seu marido. O**  
227 **que é que mudou na sua vida?**

228 **P:** Mudou muito. Nunca mais fui a uma noitada, nunca mais fui a uma festa, nunca mais fui a  
229 uma feira, nunca mais fui a lado nenhum. Deixei de ir ao banco sozinha, tinha que ir um filho  
230 comigo que sozinha não ia. A minha vida era conversada com os meus filhos, tudo.

231 **E: Sempre teve o apoio deles?**

232 **P:** Sim, tive. Os meus filhos tive (choro), os meus filhos, eu tenho 2 noras e um genro, uma  
233 nora e um genro (que) ainda são melhores que os filhos. Tenho um genro que não pode ver  
234 uma mosca e uma nora *na mesma* [igual]. Mas (tenho) uma nora, uma nora tem-me posto...  
235 [impercetível].

236 **E: E o que é que mudou mais na sua vida, com a perda?**

237 **P:** (Dificuldades em falar, choro) Aquela minha nora, já me tentei matar muitas vezes por causa  
238 dela, ela é má para mim, é má, é má! Uma coisa que me custou muito foi outro desgosto  
239 muito forte, muito grande, muito grande, muito grande que eu tive, o (filho) mais velho foi o  
240 último casar, o mais velho foi o último a casar e puxou a minha nora para (a) minha casa e  
241 esteve a morar comigo 16 anos, junta comigo.

242 **E: A sua nora?**

243 **P:** Sim, e o mais velho, o meu filho mais velho. *Tiveram* [Estiveram] a morar comigo 16 anos.  
244 Ela (nora) teve 2 filhos, a rapariga quando saiu de minha casa já levava 15 aninhos, já não foi  
245 tão pouco. Se me desse mal com ela (nora), (ficava) toda contente que ela saísse por porta  
246 fora, mas nós demo-nos ali, não há palavras. Ela era tão minha amiga, tão minha amiga!

247 **E: Deram-se muito bem.**

248 **P:** Aquela minha nora é que queria...

249 **E: Deram-se muito bem.**

250 **P:** Ui, ui, nem se fala. Eu levava-lhe os filhos à escola, eu ia buscá-los, ela metia a máquina de  
251 lavar a roupa mas não me dizia “oh minha sogra estenda-me a roupa”, não dizia nada. A única  
252 coisa que ela me pedia era se ficava com (o) peixe. Eu chegava da escola ia ver à máquina se  
253 tinha roupa, tinha, estendia, apanhava. Nós demo-nos olhe...

254 **E: Deram-se ali...**

255 **P:** Ali muito bem...

256 **E: Muito bem.**

257 **P:** Ao fim de 16 anos saiu, veio-me dizer que ia fazer a casa, eu assim: - “Oh N. você vai fazer a  
258 casa, você tem tanta terra aqui, eu parti, tem aí tanta terra pode fazer aqui uma casa grande,  
259 você não tem pena de me deixar cá, sozinha?”. E ela (nora) disse: - “Você só fica sozinha se

260 quiser, senão vem connosco, está lá um quartinho para si, está lá um lugar para si, agora vai  
261 escolher ou vem connosco ou fica aí, sozinha”.

262 **E: E a Dona I. optou por ficar na sua casa?**

263 **P:** Não queria sair da minha casa. Tinha lá o jardim e sabia que ia para um sítio mais longe, e  
264 que não podia vir as vezes que eu quero, para ir ao cemitério. Não tinha a liberdade lá como  
265 tenho aqui.

266 **E.: Como tem.**

267 **P:** Adei pronto.

268 **E.: E o que é que mudou mais na sua vida com a morte do seu marido? Depois o seu estado...**

269 **P.:** Mudou, mudou, porque não tenho com quem desabafar. Tenho problemas com aquela  
270 nora (e) não tenho com quem desabafar.

271 **E.: ... O seu estado de saúde piorou, também?**

272 **P.:** Pois piorei (choro), piorei e muito, muito.

273 **E: Após a perda do seu marido?**

274 **P.:** Sim. Estive no Conde de Ferreira (hospital psiquiátrico) 3, 2 meses e meio.

275 **E.: Foi logo a seguir (de) ele ter falecido?**

276 **P.:** Não, foi passado 2 anos, ou 3. Estive no Conde de Ferreira (hospital psiquiátrico) 2 meses e  
277 meio, o meu filho do meio viu que eu não passava nem para trás nem para a frente, foi lá e  
278 assinou o termo de responsabilidade. Tirou-me (de) lá para fora, e trouxe-me para um  
279 psiquiatra que dava consultas na Areosa, era o Doutor P. de O., o que mandava na psiquiatria  
280 em Penafiel. Fui por lá, ele (psiquiatra) deu-me logo consulta e disse-me: - “Se viesse direta  
281 para mim agora já estava, agora vou ver o que posso fazer”. Eu não enfrentava a venda (ir ao  
282 supermercado), nem enfrentava bancos, nem ia sozinha a lado nenhum, não enfrentava nada.  
283 Dava-me ataques, se me desse, se me desse um, agora já há muito tempo que não me tem  
284 dado, também *tou* [estou] muito medicada, dava-me ataques que eu levantava a cabeça no ar,  
285 senão mexia tudo [impercetível], não havia ninguém...

286 **E.: Pronto e isso, pensa que isso, aí... o facto de ter, o facto de ter cuidado do seu marido,**  
287 **acha que isso teve influências?**

288 **P.:** Eu acho que foi tudo desgosto, do marido...

289 **E.: O marido...**

290 **P.:** ... Foi os desgostos a seguir o filho sair pela porta fora, não foi só o meu filho, se fosse o  
291 meu filho que cassasse e fosse logo para lá era só ele...

292 **E.: Sim.**

293 P.: ... Mas depois foram 4, foi o meu filho e a minha nora, com os 2 netos. Foram 4 filhos  
294 praticamente, que saíram de lá para fora.

295 E.: **Tudo, tudo isso.**

296 P.: Foi como alguém me espetasse uma faca no coração. Eu andei mais de 2 anos que não  
297 podia falar para ninguém, que ficava a chorar.

298 E.: **Mas hoje sente-se melhor relativo...**

299 P.: Sinto-me melhor, mas quando a vejo (nora) parece que, quando ela me convida para lá ir  
300 almoçar [impercetível].

301 E.: **Eu estou a dizer, sente-se melhor na sua saúde, sente-se melhor?**

302 P.: Sinto. Sim, sim.

303 E.: **Graças a Deus. O que é que fez para superar a dor, ou o que faz para superar a dor da**  
304 **perda do seu marido?**

305 P.: A dor que me faz é procurar sempre, eu tenho procurado ser sempre amiga dos (meus)  
306 filhos, eles também *merece* [merecem], porque eles também fazem tudo pela mãe.

307 E.: **Mas a sua dor, a sua dor...**

308 P.: A dor ficou aqui no meu coração, ninguém me a tira.

309 E.: **E o que faz para superar a dor, para ela ser menor?**

310 P.: Não, eu fui a um casamento no dia 17, já não sei que mês foi *prontos* [pronto], se puxar  
311 pela cabeça já nem sei, de uma sobrinha, mas eu fui ao casamento por ser sobrinha, mas a  
312 minha filha veio-me buscar a casa e nunca me largou, e acompanhou-me sempre e estive à  
313 beirinha dela e tudo, *tive* [estive] sempre a minha filha ao meu lado, e o meu genro, o meu  
314 genro num lado e a minha filha no outro, eu estava no meio.

315 E.: **E, mas era-lhe difícil ir ao casamento?**

316 P.: Era, que conhecia que estava ali a falta dele (marido), via os meus irmãos todos com os  
317 companheiros deles, companheiros ou companheiras...

318 E.: **Exato. E a Dona I. já não tinha.**

319 P.: E eu senti-me só. A minha filha punha-se de um lado e o meu genro também, mas mesmo  
320 assim conhecia que não era o verdadeiro, conheci sempre a falta dele, vou para (a) cama sinto  
321 a falta dele.

322 E.: **E o que é que faz para essa falta ser menor?**

323 P.: Faz, que (a gente) faz para esquecer, só que a gente não consegue esquecer que vem  
324 sempre à memória, vem sempre.

325 E.: **Mas por exemplo...**

- 326 **P.:** Tenho a fotografia dele, eu não me deito sem pegar na fotografia dele e dar-lhe um beijo.
- 327 **E.: ... Mas por exemplo, ir ao cemitério ajuda?**
- 328 **P.:** Sim, ajuda um bocadinho. Chego lá, rezo um bocadito à beira dele, passo-lhe a mão, dou
- 329 (uma) regadelinha assim à florzinha, boto um bocadinho de água, e já venho embora melhor.
- 330 **E.: E vem melhor.**
- 331 **P:** Foi o que fez eu não sair da minha casa para fora, que a minha casa de onde eu estou é
- 332 desse filho (filho mais velho), que ele não a quis. Essa casa é do meu filho, é casa de 2 duas
- 333 moradias, é 2 casas, 2 vivendas, e depois tem terreno que dava (para) outra casa igual àquela.
- 334 Um terreno *bó* [bom], quase à margem da estrada principal.
- 335 **E.: Sim, sim.**
- 336 **P.:** É dele, ele ao sair aquilo foi para mim caramba, foi como o meu falecido morresse, quase
- 337 igual.
- 338 **E.: Que estratégias adota para viver, no seu dia a dia?**
- 339 **P.:** (Suspiro profundo) Nunca me isolo muito dentro de casa. Saio, fecho as portas...
- 340 **E.: Sim...**
- 341 **P.:** ... Pego um chapéu na cabeça, não posso apanhar sol, vou para o quintal. Pego num
- 342 [impercetível], assim pequenito [impercetível], entretenho-me e ando pelo quintal. Muitas
- 343 vezes, sento-me numa pedra.
- 344 **E.: E durante a semana vem para aqui.**
- 345 **P.:** Durante a semana venho para aqui. Quando a carrinha, costuma às 5h30 (tarde) mais ou
- 346 menos romper embora, ainda [impercetível] estar em casa, eu lá vou para o quintal.
- 347 **E.: Lá vai... E aqui vai-se...**
- 348 **P.:** Aqui entretenho-me sempre.
- 349 **E.: Entretém-se sempre.**
- 350 **P.:** E de tarde, a seguir ao almoço vou para o descanso, porque o psiquiatra *me manda*
- 351 [manda-me] descansar, e eu vou para o descanso. No fim de descansar tanto jogo dominó,
- 352 como cartas, como fazemos... fazemos ginástica, fazemos caminhadas.
- 353 **E.: E isso tudo ajuda a viver melhor.**
- 354 **P.:** Não me lembro de nada. Eu estou aqui nem sei se tenho casa, se tenho filhos, quê que
- 355 tenho, estou aqui esquecida.
- 356 **E.: Ajuda-a a passar o tempo.**
- 357 **P.:** A renovar.
- 358 **E.: Foi uma decisão sua vir para aqui?**

359 P.: Foi. Quando o meu filho saiu...

360 E.: **Da sua casa...**

361 P.: ... Da minha casa se eu vinha logo (“com licença”), se eu vinha logo para aqui, não conhecia  
362 a solidão e a falta deles (filho, nora e netos).

363 E.: **Exato (e) agora sente...**

364 P.: Estava a almoçar em casa parecia uma negrura, eu pensava “não, não posso viver assim,  
365 aqui sozinha nesta casa (a) olhar para as paredes, corria as paredes, aqui sozinha, aqui a comer  
366 sozinha, desanimada, não, chega!”. Nem descansei, “tal, tal, tal”, também tremi todo o  
367 caminho. Cheguei aqui fui-me dirigir à Senhora Doutora, ela mostrou-me tudo, eu disse: - “Eu  
368 estou habituada a descansar todos os dias”, - “Tenho aqui onde você descansa”. Primeiro  
369 puseram-me num quarto, perguntaram-me se eu dormi bem (e) eu disse que não, tinha muito  
370 barulho. Puseram-me noutra, *estou nesse que estou agora* [é nesse que estou agora], é mais  
371 silencioso, já não ouço tanto. Já que a gente aqui não pode obrigar as pessoas a estar caladas e  
372 depois estes que vêm de tarde, vêm com a folia (som que as pessoas que chegam fazem), mas  
373 esses é mais...

374 E.: **Sente-se muito bem aqui, então?**

375 P.: Sinto. Comprei um cobertor, pus aqui um cobertor para saber, que só eu é que...

376 E.: **Que é o seu.**

377 P.: ... Que é o meu. Para mim, estou aqui feliz.

378 E.: **Ainda bem.**

379 P.: Quando chego a casa, ou vou ao supermercado buscar qualquer coisa ou...

380 E.: **Mas tem algum familiar que more perto de si? Tem um filho quase precise...**

381 P.: Tenho um filho. Tenho esse filho, mas a nora não me dou com ela, *prontos* [pronto].

382 E.: **Complicado.**

383 P.: Aquela nora, aquela nora, eu já lhe bati, eu já lhe bati... Uma vez fez-me assim: - “Anda,  
384 anda”...

385 E.: **É complicado. Num...**

386 P.: Ela... Diga menina.

387 E.: **Não pense nessas coisas negativas.**

388 P.: Ah, mas...

389 E.: **Mas eu sei que fazem parte da vida.**

390 P.: Eu sou a mesma e tenho um genro e uma nora que os meus filhos não são melhores, não  
391 são melhores. Mas essa nora é demais.



392 **E.: Essa nora.**

393 **P.:** Aliás, que já *espetou* [discutiu] com a minha filha, já *espetou* [discutiu] com o meu genro, já  
394 *espetou* [discutiu] com o mais velho...

395 **E.: É uma nora que, uma pessoa que...**

396 **P.:** Já se pegou lá num vizinho...

397 **E.: É uma pessoa que...**

398 **P.:** Ela quer trabalhar tem lá *um rol* [um monte] de confeções, não tem nenhuma que a  
399 empregue.

400 **E.: É uma pessoa que...**

401 **P.:** O feitio dela é assim, está a discutir com uma pessoa ela é que tem que ficar por cima, ela é  
402 que tem que vencer.

403 **E.: Sim.**

404 **P.:** Se lhe dizer uma pedra ou um pau, ela é que tem que vencer. E eu não gosto, e eu não  
405 gosto às vezes de um pau, de uma pedra ou um pau, eu gosto “é sapo, é sapo, é sapo, é sapo”  
406 fonhe-se, não gosto de estar cá... E ela *controlei-me* [controla-me] muito.

407 **E.: Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu ou recebe, isto é, apoios económicos?**

408 **P.:** Apoios é a minha reforma que eu tenho e a meia do meu marido. De resto, não tenho mais  
409 nada.

410 **E.: E vai-se governando.**

411 **P.:** Tenho os terrenos, está tudo de graça porque ninguém quer fabricar lá. De graça ainda vão  
412 fabricando (mas) a pagar a renda, não há ninguém.

413 **E.: E apoios humanos? Tem apoios, ajudas das...**

414 **P.:** ... Tenho das minhas irmãs. Das minhas irmãs, 2 irmãs. Somos 4 raparigas, mas uma está na  
415 França *prontos* [pronto], e mais essa é mulher do que me botou as unhas. Ele *proibiu* [proibiu-  
416 a] de ela falar para mim, até que era a irmã que eu mais adorava, mas pronto.

417 **E.: Costuma estar com ela? É muito...**

418 **P.:** Não, não costumo estar muitas vezes com ela. Ela está na França, só vem uma vez no ano. É  
419 sempre um bocadito difícil falar para ela. Agora as outras 2, ainda ontem falei para uma,  
420 domingo vou para essa (irmã que ontem falou) para... [impercetível]. Essas 2 são muito...

421 **E.: São um grande apoio para si.**

422 **P.:** ... Somos 3, estamos sempre a ligar umas para as outras.

423 **E.: Unidas.**

424 **P.:** Sim.

425 **E.: Unidas.**

426 **P.:** E estão me sempre a dizer: - “I. como é que estás? Para onde é que tu vais? Quando é que  
427 vens a minha casa?”. Estão sempre, outra vez, a outra que está a morar ali em Vilela, está  
428 sempre a dizer, ainda me ligou estes dias: - “Oh I., quando é que queres que vá aí te buscar?”,  
429 - “Quando eu quiser ir a tua casa tenho quem me leve aí, não te preocupes”, - “Então anda,  
430 anda”.

431 **E.: São as mais, são muito...**

432 **P.:** São. As minhas sobrinhas, filhas dessa minha irmã (irmã que mora em Vilela) também são  
433 muito minhas amigas.

434 **E.: Tem muito apoio então delas.**

435 **P.:** Mas também só ambas essas 2 irmãs. *Quando os* [Quanto aos] outros...

436 **E.: E daqui da instituição? Tem apoio também?**

437 **P.:** Ai, aqui não (me) falta nada. Eu aqui estou como uma rainha.

438 **E.: Ainda bem.**

439 **P.:** Eu aqui, eu aqui falando diretamente do meu coração estou como uma rainha, não me falta  
440 nadinha.

441 **E.: Ainda bem. Depois de perder o seu marido o que é que gosta mais de fazer?**

442 **P.:** É estar aqui e ir para o quintal. Gosto muito, olhe está a ver estas mãos, estas unhas todas  
443 estragadas...

444 **E.: É de quem andou na agricultura.**

445 **P.:** É.

446 **E.: No campo.**

447 **P.:** Esta não é, mas esta...

448 **E.: É sim senhora.**

449 **P.:** Eu não posso ver uma erva no quintal, no sítio do jardim. Eu sou feliz aqui e quando chegar  
450 a casa no jardim.

451 **E.: E no jardim...**

452 **P.:** Sou feliz.

453 **E.: E faz as suas coisas, o seu comer, trata da...**

454 **P.:** Há noite eu levo a sopa daqui.

455 **E.: Ah, leva daqui!**

456 **P.:** Eu só faço em casa o pequeno-almoço.

457 **E.: Ah!**

- 458 **P.:** E *apóis* [depois] aos sábados e aos domingos, aos sábados e domingos não venho para aqui.
- 459 **E.:** **Claro faz...**
- 460 **P.:** Mas a coisa melhor que eu fiz na minha vida, desde que estou nascida, foi ter vindo para
- 461 aqui.
- 462 **E.:** **Ainda bem.**
- 463 **P.:** Estive 4 anos na solidão, sozinha, depois do meu filho sair, 4 anos sozinha! Eu estava muito
- 464 em baixo, estava muito magra, eu pesava 60 quilos, agora peso 73.
- 465 **E.:** **E o facto de não ter o seu marido, ao seu lado...**
- 466 **P.:** ... Mais a gente se mazela [descuida], mais um bocado, sozinha assim, ainda às vezes à noite
- 467 chateada com aquilo, ou com aquilo e acolá, a gente não tem com quem desabafar, a gente
- 468 não tem como quem falar. Era com a televisão, mas a gente depois cansa da televisão,
- 469 desanimada oh...
- 470 **E.:** **E o que é que gosta menos de fazer, depois do seu marido falecer?**
- 471 **P.:** Eu gosto de fazer de tudo.
- 472 **E.:** **Gosta de fazer de tudo?**
- 473 **P.:** Gosto, gosto.
- 474 **E.:** **Olhe Dona I. terminámos. Se a Dona I. me quiser fazer alguma questão, quiser dizer-me**
- 475 **mais alguma coisa.**
- 476 **P.:** Não menina, não lhe quero dizer nada. Só lhe quero desejar boa sorte.
- 477 **E.:** **Obrigada.**
- 478 **P.:** E tudo de bom e que corra tudo bem.

**ID 13**

1 **E.: Dona A. sente-se, neste momento, em luto?**

2 **P.:** Sinto sim.

3 **E.: Gostaria que me falasse um pouco acerca de si, da sua vida, as suas origens...**

4 **P.:** As minha origens já sabe.

5 **E.: ... Dos seus pais, irmãos... Como é que era a sua vida quando era mais nova?**

6 **P.:** Mais nova, tinha 13 anos, quando a minha mãe faltou e estávamos 7 filhos solteiros, todos  
7 solteiros, tinha um que ainda era... é mais novo do que eu 2 anos. Os outros são todos para  
8 cima, são todos vivos para agora... E a minha mãe pronto, a verdade é uma, mal a conheci  
9 porque eu era pequenina, pequena, já tinha 13 anos, mas o meu pai só morreu agora há 22  
10 anos e ela já fez 58 (anos), que morreu.

11 **E.: E o que é que eles faziam? Trabalhavam na agricultura?**

12 **P.:** Era no campo, era no campo e trabalhinho sempre. Eu mesmo, depois de casada trabalhei  
13 sempre no campo.

14 **E.: E a Dona A. andava na escola mas trabalhava com os seus irmãos, no campo?**

15 **P.:** Ia às vezes. E às vezes, quando tinha férias (da escola) ia para o monte com o gado.

16 **E.: Tinha que ser para terem sustento, para terem alimentos, não era?**

17 **P.:** E graças a Deus *tinha* [tínhamos] ... A gente criava porcos, criava galinhas, criava tudo. E  
18 tinha as coisas de casa... semeava batatas, semeava feijões, semeava milho, criava porcos e  
19 criava para lá tudo, mas agora...

20 **E.: Gostava de andar na escola?**

21 **P.:** Por acaso gostava, mas o meu [impercetível] gostava também de só fazer asneiras, quando  
22 era mais nova (riso breve).

23 **E.: O que é que fazia para se divertir quando era mais nova?**

24 **P.:** O que eu fazia? Ia para o campo, naquele tempo era o campo, era o campo ou ia em lugar  
25 de ir à missa ao domingo ia ao terço, e em casa.

26 **E.: Não havia bailaricos? Não havia, não?**

27 **P.:** Havia, mas a gente era, tinha de ir por aqui e acolá.

28 **E.: Não ia com as amigas dar uma volta?**

29 **P.:** Era raro. Elas (mães) não deixavam, antigamente, elas não deixavam nada avém! Se a gente  
30 queria ir a alguma banda [algum sítio] *tinha* [tínhamos] que ir com as pessoas atrás. Não  
31 gostava de ir com ninguém, para ir e para andar a *aborrecer* [aborrecer-me], então ficava em  
32 casa.

- 33 **E.: Não ia, ficava em casa.**
- 34 **P.:** A única coisa que ia era à feira.
- 35 **E.: Ia à feira. Gostava de ir?**
- 36 **P.:** Ia à Feira do Cô, chamávamo-nos nós.
- 37 **E.: Sim, a Feira do Cô.**
- 38 **P.:** [impercetível].
- 39 **E.: À Feira de Cô, em Penamajor.**
- 40 **P.:** Sim.
- 41 **E.: Ainda se chama assim.**
- 42 **P.:** É, mas desde que o meu pai morreu nunca mais fui à feira.
- 43 **E.: Deixou de ir.**
- 44 **P.:** Eu casei ele ainda era vivo e foi, não é?
- 45 **E.: Como é que conheceu o seu marido?**
- 46 **P.:** Foi um domingo à tarde. Fui ao terço lá com umas senhoras e ele (marido) apareceu, mas
- 47 os meus irmãos não queriam que eu falasse para ele, e estávamos [impercetível] ... Depois o
- 48 meu irmão também casou com a irmã dessa moça e ela ui, começou a mandar vir, ainda levei
- 49 uma coça por causa dele. Ela falou com o meu pai, o meu pai “ui!” não vale a pena, também
- 50 *torrei* [?] um bocado.
- 51 **E.: Então conheceram-se nesse domingo, e depois começaram logo a namorar?**
- 52 **P.:** Porque ele já vinha lá às vezes (a casa), que ele andou com o meu irmão na tropa, e deram-
- 53 se bem.
- 54 **E.: Ah!**
- 55 **P.:** E então ele vinha até lá (casa) e então começou, e é assim.
- 56 **E.: Foi um casamento por amor?**
- 57 **P.:** Por acaso foi, sempre me dei bem com ele, e ele era meu amigo.
- 58 **E.: Ele o que é que fazia?**
- 59 **P.:** Era alfaiate.
- 60 **E.: Como é que era a vossa relação, como casal?**
- 61 **P.:** Era normal.
- 62 **E.: Coisas boas, coisas más.**
- 63 **P.:** A vida é assim, não é? Tem altos e baixos.
- 64 **E.: Sim, sim. Mas havia muito carinho também?**

65 P.: Havia... Que os pais dele também eram muito meus amigos. Eu estive 2 anos a viver aqui  
66 em Lamoso com eles, com eles não, na casa deles (na casa dos sogros).

67 E.: Sim, sim.

68 P.: Hoje é minha (a casa dos sogros). O meu sogro morreu, e a minha sogra passado 4 anos  
69 partiu a parte do pai que não podia, quis ficar com a parte grande, mas o resto partiu, e hoje  
70 aquela casa é minha, mas estive [estive] ali 2 anos e tal. Depois o meu pai, primeiro só queria  
71 viver com criadas, depois de eu sair (de casa). Um dia estava lá em casa, a um domingo  
72 aparece lá o meu irmão mais velho, se eu ia lá baixo a Eiriz, e eu disse: - “Vou, por acaso vou”,  
73 - “Então, olha que o pai quer falar contigo”, - “Para quê?”, - “Tu *apóis* [depois] tu vês”. Foi  
74 para eu ir outra vez lá para casa, eu disse assim ao meu pai: - “Oh pai tudo bem, quando estive  
75 [estive] aqui não me quis aqui, e agora que me mudei lá para cima, quer que eu venha para  
76 casa?”, - “Ai, eu já não tenho criadas”. Só tinha a mais velha, a mais velha tinha 2 anos quando  
77 eu vim, para cá para baixo. Eu disse: - “Olhe, eu não digo nada. Você fale para ele (marido),  
78 que você bem sabe como é”. E ele (pai) falou para ele (marido) ... Pediu à mãe para a mãe  
79 fazer o almoço (o marido), ao menos ao meio-dia para não ir lá para baixo. Para baixo para  
80 cima, para baixo para cima, passava o dia na estrada, a mãe pronto, coitadinha, começou a  
81 fazer o almoço. Começou a fazer o almoço.

82 E.: A mãe do seu marido?

83 P.: Do meu marido. Começou a fazer o almoço, pronto fui lá para casa do meu pai e lá estive  
84 [estive], lá estive [estive] e agora estou lá na casa (casa do pai), que lá fiquei, que teve [tive]  
85 um cunhado meu que...

86 E.: Então vocês não moravam... O seu marido também foi para casa do seu pai?

87 P.: Pois ia... à noite.

88 E.: À noite sim. Depois do trabalho, não é?

89 P.: À noite, vinha à noite e ia de manhã.

90 E.: E quando era casada o que é que fazia? Trabalhava na agricultura, na mesma?

91 P.: Eu trabalhei sempre.

92 E.: Depois vieram os filhos, não é?

93 P.: Depois vieram mais 3 raparigas e...

94 E.: E cuidava delas?

95 P.: ... Cuidava dos filhos e tinha de ir para o campo e para o monte, e fazer isto e fazer aquilo, o  
96 que calhava.

**E.: Havia coisas, havia alguma coisa que vocês faziam os dois, como casal às vezes para se distraírem?**

**P.:** Havia pouco, porque depois o meu pai começou a perder a noção, que ele (marido) às vezes dizia: - “Vamos aqui”, - “Eu não vou, tu bem sabes que eu não posso ir”. Estava tudo bem menos quando eu saía de casa, se fosse daqui acolá à beira da igreja chegava a casa e já não sabia onde é que ele (pai) andava. Ele fugia para qualquer sítio, então comecei a pôr-me um bocado mais dura naquela ocasião, que ele (pai) também morreu assim, foi uma morte...

**E.: De repente? Estava doente, estava doente.**

**P.:** Estava doente. Foi um dia (dificuldade em se expressar).

**E.: Não precisa de me contar.**

**P.:** Um dia estava lá em casa, e ele, eu estava a fazer o almoço diz-me ele (pai) assim: - “O quê que tu vais fazer?”, - “Eu sei o que é que tenho de fazer”, - “Eu não quero isto quero aquilo”, (pai) - “Quer?”, - “Quero”, - “Eu não me apetece nada”, (filha) - “Vais acolá ao quintal, vais buscar as tronchudas ao quintal que eu ponho-te aquilo, o que eu quero fazer para comer”, (pai) - “Já vou” (filha). Lá *foi* [fui] (a filha fez-lhe a comida), chego ali “ai Jesus!”, “isso é alguma máquina?”, - “... [impercetível] que eu quero comer”. Ele comia, ele comia bem, mas naquele dia parecia que estava roto a comer [comer exageradamente], eram 5 horas (tarde) já estava a tocar o sino.

**E.: E depois a partir daí a Dona A., desculpe, a Dona A. ganhou forças para continuar a viver?**

**P.:** Mas nessa altura ainda era nova.

**E.: E tinha os filhos...**

**P.:** E tinha as minhas filhas, e pronto tinha o marido que passou (por) muito.

**E.: E fazia coisas com o seu marido? Iam dar uns passeios?**

**P.:** Ah, depois quando ele (pai) faltou já íamos.

**E.: Iam dar uns passeios?**

**P.:** Uma coisa que eu ia muito... Ele (marido) gostava era de ir à Senhora da Assunção.

**E.: Sim.**

**P.:** E antes era de manhã. Só tomávamos o pequeno-almoço.

**E.: E iam.**

**P.:** E à Penha.

**E.: Ah.**

**P.:** Senhora da Penha. Ele para ele a Senhora da Penha, ainda hoje é o dia que eu gostava de ir muito lá, mas agora para estar a chatear os outros.

- 130 **E.: Então iam com os filhos ou iam só os dois?**
- 131 **P.:** Chegamos muitas vezes a ir com os filhos.
- 132 **E.: A ir com os filhos.**
- 133 **P.:** E já fomos com algumas casadas.
- 134 **E.: Pronto, de vez em quando lá iam.**
- 135 **P.:** As 2 (filhas) mais velhas já eram casadas. Já fomos lá muitas vezes, mas pronto, assim se
- 136 passou a vida.
- 137 **E.: E depois, como é que tudo aconteceu até ele ficar doente?**
- 138 **P.:** Desde que ele fez a operação ao coração...
- 139 **E.: Ele já estava reformado nessa altura?**
- 140 **P.:** Não.
- 141 **E.: Não.**
- 142 **P.:** Ainda foi internado [impercetível], e não foi pouco.
- 143 **E.: Então ele fez uma operação ao coração...**
- 144 **P.:** ... E não morreu, Deus me livre! Depois veio embora. Era preciso dar-lhe banho todos os
- 145 dias por causa de *infetar* [desinfetar] o que ele tinha. Punha-lhe a água, ele ia para a banheira,
- 146 mas ele começou a não se segurar na banheira, mas tinha uma bacia grande. “Vais-te lavar
- 147 assim?”, – “Assim é melhor, eu lavo-me” (marido), e ele lavava-se, limpava-lhe aquilo e
- 148 chegava-lhe o que o médico mandou. Depois ficou, não se notava na... nada. Quando ele
- 149 adoeceu mesmo a sério, conhecia-se aquela (pele) seca.
- 150 **E.: Começou-se a ver.**
- 151 **P.:** Por causa dos pontos.
- 152 **E.: Os seus filhos sempre estiveram presentes nesses momentos difíceis? A Dona A. sempre**
- 153 **esteve ao lado dele, sempre cuidou dele?**
- 154 **P.:** Enquanto eu podia *fez* [fiz] o que *pode* [podia], e elas (filhas) também coitadas, também
- 155 estavam.
- 156 **E.: As suas filhas, não é?**
- 157 **P.:** As mais velhas quando...
- 158 **E.: Ah.**
- 159 **P.:** ... Uma que está aqui em Lamoso foi a que o acompanhou sempre, e outra que está em
- 160 Vilarinho que o acompanhava para o hospital, ou era uma ou outra (filhas).
- 161 **E.: Fazia... Ah era quem o acompanhava para o hospital?**



- 162 **P.:** Porque tinha uma (filha) que a senhora, que a menina deve conhecer ou a sua mãezinha,  
163 ela era, uma minha filha, era nora daquela Velha de Paços, M. V.
- 164 **E.: Já ouvi falar, já ouvi falar.**
- 165 **P.:** É a R.
- 166 **E.: É. Já ouvi falar.**
- 167 **P.:** Esses senhores eram sogras, sogros da minha filha.
- 168 **E.: E depois como é que (ele) piorou?**
- 169 **P.:** E então eles (sogros da filha) trabalharam voluntariamente em Penafiel, trabalhavam lá em  
170 Penafiel sabiam melhor até do que eu, não é?
- 171 **E.: Dos problemas.**
- 172 **P.:** De tudo. Eu disse assim: - “Oh Z., vai você e vai a C. e vai a L. se quiser também vai, e então  
173 você...”, - “ Pronto. Oh mãe, nós imos lá”. Acompanharam-no sempre (filhos), quando ele lhe  
174 dava aquelas crises... ultimamente dava-lhe muitas crises.
- 175 **E.: De epilepsia?**
- 176 **P.:** Sim. E do cérebro também.
- 177 **E.: Do cérebro.**
- 178 **P.:** Que ele (marido) depois tinha Alzheimer.
- 179 **E.: Tinha Alzheimer?**
- 180 **P.:** Pois tinha [impercetível], então eles (filhos) é que iam. Numa ocasião eu estava lá em casa,  
181 estávamos a almoçar: - “Não quero comer, eu vou-me deitar que não estou bem-disposto”  
182 (marido), - “Não estás bem-disposto porquê?”, chega ao meio das escadas veio para baixo  
183 outra vez para a mesa sentou-se, dei-lhe a sopa e ele comeu-a, “mas olha não quero mais  
184 nada, vou para cama”, eu aí fiquei um bocado...
- 185 **E.: Aí preocupada.**
- 186 **P.:** Foi, estava sozinha não tinha ninguém em casa.
- 187 **E.: Pois.**
- 188 **P.:** [impercetível] ele só disse: - “Eu vou para cima”, mas eu já sabia que ele andava com a  
189 gripe [impercetível] desligar o fogão de gás e o fogão de gás desatou-se. Ele cai-me redondo na  
190 cozinha, o sangue parecia a carne de banho de um porco, fui chamar o segundo sobrinho que  
191 era o que morava perto, chamei-o ele veio: - “Oh tia é melhor chamar a ambulância, que ele  
192 não está bem, assim também não pode estar”, também não queria, começou a chorar: - “Eu  
193 não vou, eu não vou. Isto passa... Isto passa” (marido), - “Não passa nada, tu agora é que vais”  
194 (Dona M.) [impercetível].

195 **E.: E foi, e foi?**

196 **P.:** Que ele (sobrinho) pôs-lhe uma almofada e 2 toalhas de rosto. Eu peguei nelas, *meti-lhes*  
197 [metia-as] dentro de um saco de plástico *esmoronou* [desapareceu] logo não se conhecia se a  
198 toalha era branca, se era preta, se era azul, se era amarela [impercetível].

199 **E.: Mas depois ele voltou do hospital?**

200 **P.:** Voltou às 3h da manhã.

201 **E.: Voltou.**

202 **P.:** Esteve lá sempre e depois o Marquês disse: - “Posso ir aqui com vocês?” Diz ele (marido): -  
203 “Não”, não mas ele viu, ele pôs-lhe a máscara na cara [impercetível], “Você tem os  
204 medicamentos que ele toma?”, - “Tenho”, dei-lhe os medicamentos, não lhe dei a caixa, dei-  
205 lhe um bocado do rótulo da caixa, diz ele (marido): - “Mas não quero que telefones para  
206 ninguém” (marido), e eu disse: - “Não”. Depois chegou a minha sobrinha e disse assim: - “Não  
207 chameis, não dizeis nada (sobrinha)”, - “Está bem”. Ele mal entrou dentro da ambulância eu  
208 telefonei logo para a minha filha, para as minhas filhas, telefonei eu assim: - “Olha...”, - “O que  
209 é que foi mãe?”, - “Olha, o pai saiu agora mesmo daqui para o hospital”, ainda estavam a fazer  
210 a requisição lá da papelada, ela (filha) já lá estava. Quando o rapaz (sobrinho) me disse: - “Oh  
211 tia, o Z. (filho) já está aqui e eu vou embora, não estou aqui a fazer nada”, - “Está bem”, e  
212 depois ao outro dia eu disse assim: - “Oh Z., vocês *foste* [foram] de carro? E ele: “Oh mãe  
213 porquê?”, - “Ah não foste de carro, foste foi de avião”.

214 **E.: Para chegar tão rápido.**

215 **P.:** Ele nem tinha saído nem à meia hora já lá estava.

216 **E.: Mas voltou, ele voltou a ir e voltou outra vez para casa?**

217 **P.:** Ele aí veio, mas eram 3 horas da manhã quando chegou aqui, a casa.

218 **E.: E quem é que, em casa, cuidava dele?**

219 **P.:** Era eu, enquanto pude.

220 **E.: E pode até ao fim?**

221 **P.:** Eu só fui para aí 2 meses ou 3.

222 **E.: É que já não...**

223 **P.:** Comecei a não (conseguir), que eu tinha que subir umas escadas para cima, elas (auxiliares  
224 do apoio ao domicílio) iam lá levar o almoço e já me iam lá fazer a higiene, que eu não podia  
225 porque ele...

226 **E.: Ia o apoio ao domicílio fazer lá a higiene?**

- 227 **P.:** Faziam a higiene, e ao sábado e ao domingo ia aquela senhora, a Dona T., é que ia lá fazer  
228 mais... às vezes a I. também ia muitas vezes ao domingo, mas quer dizer...
- 229 **E.:** Mas iam... O que é que essas senhoras faziam? Essas senhoras?
- 230 **P.:** Iam lavá-lo, lavá-lo quando ele já estava com fraude.
- 231 **E.:** Ah, iam ajudá-la.
- 232 **P.:** Eles (filhos e as senhoras) iam-me auxiliar.
- 233 **E.:** Iam ajudá-la.
- 234 **P.:** Vinha, uma ao sábado e outra ao domingo, à tarde era as minhas filhas, mas a T. vinha ao  
235 sábado, quando fazia 2h (tarde), vinham as 3 (filhas), estavam elas ali até à noite e ao domingo  
236 também. Durante a noite era eu, mas como ele (marido) usava a fraude estava descansada  
237 [impercetível] mas custou-me também muito.
- 238 **E.:** E depois morreu assim de repente? Estava doente também há muito tempo.
- 239 **P.:** E depois ele um dia olhe, sentiu-se mal. Nós chamamos a ambulância e ele foi para Penafiel  
240 também, 1 vez ou 1 (outra). Naquele dia, ele, ultimamente já estava a comer, a tomar um  
241 pequeno-almoço mais solto (alimentos mais líquidos).
- 242 **E.:** Sim.
- 243 **P.:** E eu estava-lhe a dar de comer e os medicamentos, que os medicamentos eram todos  
244 relados porque ele já não conseguia.
- 245 **E.:** Claro, ele não conseguia.
- 246 **P.:** Não conseguia engolir.
- 247 **E.:** Sim.
- 248 **P.:** Mas foi com a autorização do médico, eu assim: - “Não, primeiro vamos perguntar ao  
249 médico como é que se vai (fazer)”, - “Oh mãe, faça assim”, - “Não faço, sem ter bem a certeza  
250 não faço” e não fazia. Então ele (médico) disse: - “Ela que lhe rele, que lhe deite com um  
251 bocadinho de café ou um bocadinho de água ou assim”, que ele tinha um (comprimido) que  
252 era muito amargoso, “ela que não meta aquele comprimido [impercetível]”, ele era amarelo  
253 parecia gemas de ovos por dentro. Mas ele (marido) dizia que era amargoso, se era amargoso  
254 ou não eu não sei. Acabou por [impercetível]. Nesse dia ele estava lá no café, eu achava-o  
255 assim muito em baixo, *pagado* [apagado], “vamos lá ver o que é que vai dar daqui”. Estava-lhe  
256 a dar a primeira parte do café, depois vim buscar mais um bocadinho por estar quentinho, e  
257 ele vim buscar e quando cheguei à beira dele tinha tudo deitado fora, e vinha arregalar os  
258 olhos e vim a correr assim, deito-lhe as mãos à pulsação e vi o pulso, a pulsação apagada,  
259 fiquei um bocado assustada, mas liguei para aqui para a Dona T., ela ainda estava em casa,

260 eram oito menos um quarto e eu disse: - “Oh Dona T. você não pode dar aqui um pulo num  
261 instante?” Disse ela: - “Que diabo, eu não tenho carro, nem coisas”, – “Pronto, você olhe deixe  
262 lá, vem aqui”, – “Ele não está bem?” Eu disse: - “Não, ele não está muito bem”. Depois tinhas  
263 as filhas, uma está em Lousada pronto e estava para o trabalho dela, outra estava em Lamoso  
264 mas também tinha o trabalho dela, outra está em Vilarinho é professora trabalha em Vizela, a  
265 outra está em Setúbal.

266 **E.: E então foi aí que ele faleceu?**

267 **P.:** Ele apagou. Elas chegaram ainda ele estava coiso, mas nunca mais.

268 **E.: Faleceu. Eu agora gostava que a Dona A. falasse do que sentiu após a perda do seu**  
269 **marido. O que é que mudou na sua vida?**

270 **P.:** Muita coisa.

271 **E.: O quê Dona A.?**

272 **P.:** Tudo. Sabe que é uma história que estava, ainda que estivesse doente era uma pessoa que  
273 estava ali sempre e agora acabou.

274 **E.: E agora já não tem a presença dele.**

275 **P.:** Eu a presença dele tenho-a sempre, que eu tenho a fotografia sempre à minha beira. Tenho  
276 e teve [tinha], tenho do meu pai, dele e do meu cunhado.

277 **E.: E a Dona A. há bocadinho estava-me a contar quando lhe apliquei a escala, que andava**  
278 **mais triste, com inícios de depressão e que foi ao médico. Então desde a perda, também**  
279 **começou a sentir-se mais em baixo?**

280 **P.:** Tanto que eu agora eu fui lá (médico), que a minha filha marcou uma consulta... Quer dizer  
281 ele (médico) veio a (minha) casa que nós chamamos, que era só com os médicos de Penafiel,  
282 se houvesse [impercetível] se eu queria ou não, e depois até foi uma senhora que lhe ia dar de  
283 comer ao meio-dia e à noite ultimamente, (ao marido) ali de Carvalhosa: - “Você vá ali ao  
284 Doutor L.M, que ele é capaz de ver isso”, e vim era uma sexta-feira, mas vinha às 10h da noite,  
285 e eu: - “Oh filha, às 10h da noite o teu pai quer descansar, e eu não vou estar à espera até às  
286 10h da noite à espera do Doutor, tu também queres estar aqui?”.

287 **E.: Ah isso era...**

288 **P.:** Ainda era vivo.

289 **E.: Mas depois dele...**

290 **P.:** Depois dele é que eu fui lá, depois disso.

291 **E.: Ah, ah.**

- 292 **P.:** E depois veio ele (médico) esteve a escutar-me, por acaso até me fez uma consulta bem-  
293 feita, mas deu-me uns comprimidos para tomar e eu (refere-se a ela quando foi ao médico) ...  
294 Mas ele (médico) bem sabia que era por pouco tempo (que o marido ia durar).
- 295 **E.: Por pouco tempo.**
- 296 **P.:** Porque ele estava a examiná-lo e (eu) botava-lhe os olhos...
- 297 **E.: E já estava no fim.**
- 298 **P.:** A ver se eu estava distraída, eu às vezes fazia-me de distraída [impercetível].
- 299 **E.: Mas a sua vida Dona A., a Dona A. depois foi ao médico, não é? A Dona A. depois sentia-**  
300 **se então mais em baixo, com perda de apetite era?**
- 301 **P.:** Era tudo, era tudo junto. Depois eu comecei com a cabeça, que eu estava com uma  
302 depressão.
- 303 **E.: Com uma depressão.**
- 304 **P.:** Uma depressão, ele (médico) deu-me aqueles comprimidos: - “Vou-te dar estes  
305 comprimidos que é para tu relaxares, só tomas um por dia, para relaxares que tu estás!”. Ele  
306 fez uma cara feia, e eu “ai punha!”, mas eu sabia como andava, mas...
- 307 **E.: Exato.**
- 308 **P.:** Eu sentia-me mesmo...
- 309 **E.: Sim.**
- 310 **P.:** Passado [impercetível].
- 311 **E.: A Dona A., depois do seu marido falecer veio aqui para o centro?**
- 312 **P.:** Logo depois da missa de sétimo de dia.
- 313 **E.: Veio para o centro.**
- 314 **P.:** Vim para aqui.
- 315 **E.: Mas foi uma decisão sua?**
- 316 **P.:** Foi uma decisão minha.
- 317 **E.: Foi sua?**
- 318 **P.:** Eu uma ocasião...
- 319 **E.: Não quis ficar sozinha em casa?**
- 320 **P.:** ... Eu dizia... eu sozinha é para estar aí pelos cantos a chorar, claro que não é que eu às  
321 vezes eu chore, não é? Mas onde é que me ia meter aqui sozinha?!
- 322 **E.: Em casa. Claro era uma solidão muito grande.**

- 323 **P.:** Uma solidão maior. Para ir para casa deste e daquele também não queria, depois um dia o  
324 meu genro disse-me assim: - “Oh mãe, você como é que quer fazer?” Eu assim: - “Já está feito,  
325 quer vocês *quer* [queiram] (ou) não queiram, para casa nenhuma eu não vou enquanto puder”.
- 326 **E.: Mas à noite fica em casa sozinha, à noite? E ao fim de semana vai... às vezes está com os**  
327 **seus filhos?**
- 328 **P.:** Ao fim de semana nunca (estou sozinha), ao sábado estou em casa.
- 329 **E.: Sim.**
- 330 **P.:** Tenho as minhas coisas para arrumar e pôr roupas para lavar.
- 331 **E.: E ao domingo?**
- 332 **P.:** E ao domingo vou à missa, chego da missa 9h30, 9h00 (manhã) é que acaba a missa,  
333 quando são 9h30 (manhã) ou venho aqui, para Lamoso ou vou para Lousada, passo lá o dia.
- 334 **E.: Para os filhos.**
- 335 **P.:** Tenho uma irmã que está aí à beira do Pão Quente [nome de uma padaria] em Carvalhosa.
- 336 **E.: Sim.**
- 337 **P.:** [impercetível] “foi o melhor passo que tu deste” (irmão), “vocês podem dizer o que  
338 *quiseres* [quiserem] que tanto me dá que vós digas como foi como não foi, eu que é fui para ali  
339 (instituição) e estou bem, e não posso dizer que não estou bem, estou bem”.
- 340 **E.: Oh Dona A., e o que é a Dona A. faz para superar a dor que sente?**
- 341 **P.:** Às vezes é um bocado de cada coisa, às vezes é cada “aí” que até, no outro dia eram para aí  
342 11h da noite, estava sentada na cadeira a ver televisão e começou-me a dar uma coisa, eu  
343 assim “se não berro, arrebento”, estava lá com as precianas fechadas, as portas fechadas, fui lá  
344 à beira delas e depois fiquei aliviada.
- 345 **E.: Mas, por exemplo, o que é que faz para a dor ser menor?**
- 346 **P.:** Sei lá, às vezes nem sei. Faço para aí como calha.
- 347 **E.: No seu dia a dia, no seu dia a dia que coisas faz para...**
- 348 **P.:** Eu é só à noite que estou em casa, só à noite.
- 349 **E.: Sim, mas no seu dia a dia aqui no centro?**
- 350 **P.:** Adei aqui estou, aqui (estou) bem-disposta.
- 351 **E.: Aqui entretém-se muito?**
- 352 **P.:** Tem quase sempre, tem sempre coisitas para fazer.
- 353 **E.: O centro tem muitas atividades?**
- 354 **P.:** Se não tiver a fazer coisas olhe, ponho-me a jogar dominó.
- 355 **E.: Então o centro acabou por ser a sua principal ajuda para conseguir superar? ...**

- 356 P.: Superar a dor.
- 357 E.: **Que tipos de apoios... E gosta muito de participar nas coisas que faz?**
- 358 P.: Só se eu não souber, senão.
- 359 E.: **Ainda bem. Que tipos de apoios físicos ou humanos recebe? Apoios económicos recebe,**
- 360 **tem a reforma?**
- 361 P.: É a reforma [impercetível].
- 362 E.: **É a reforma. E humanos, tem o apoio da sua família?**
- 363 P.: Tenho de alguns, para eles não vir para aqui foi como fosse outra pessoa.
- 364 E.: **Mas tem apoio mais de quem? Das filhas?**
- 365 P.: Das filhas.
- 366 E.: **Das filhas.**
- 367 P.: Que elas também assim estão a trabalhar, estão descansadas.
- 368 E.: **Eu entendo.**
- 369 P.: Foi até o que eu pensei mais.
- 370 E.: **Eu entendo, não quis estar...**
- 371 P.: Eu não quis porque elas andam a trabalhar, saem de trabalhar as 8h (noite) sempre ia ficar
- 372 lá sozinha, sozinha por sozinha, então venho para aqui e estou aqui distraída.
- 373 E.: **E aqui está distraída. O que é que mais gosta... E aqui também tem muitas pessoas que a**
- 374 **ajudam, não é?**
- 375 P.: É. É com aquelas senhoras que estão na banda, naquela banda [naquele lado] da...
- 376 E.: **Eu sei, as que tem mais dificuldades e depois as que tem menos dificuldades.**
- 377 P.: É, as que têm menos dificuldades *está* [estão] ali para o outro lado e a gente conversa ali, e
- 378 uma diz aquilo...
- 379 E.: **E o dia passa rápido. O que é que mais gosta de fazer depois do seu marido ter falecido?**
- 380 P.: Eu faço qualquer coisa.
- 381 E.: **Mas o que é que lhe dá mais alegria? É o estar aqui com outras pessoas?**
- 382 P.: É, dá-me uma grande alegria estar aqui, não é? eu estou bem.
- 383 E.: **Eu sei, mas a tristeza também está presente, não é?**
- 384 P.: A gente também não pode andar sempre a chorar, nem sempre a cantar, nem sempre a rir.
- 385 E.: **Não pode. E o que é que gosta menos de fazer?**
- 386 P.: Eu, o que eu gosto menos de fazer, eu gosto de fazer qualquer coisa, logo que eu saiba,
- 387 eu...
- 388 E.: **E se sintam bem...**

389 **P.:** E que me faça mesmo ter vontade, tenho vontade de aprender porque a gente em casa era  
390 o campo e era arrumar as casas e [impercetível] as casas e pôr as coisas, aqui ao menos  
391 pronto, isto pronto aqui.

392 **E.:** E é muito bom, e é muito bom.

393 **P.:** É muito bom.

394 **E.:** Olhe Dona A. nós acabamos. E tem vizinhas ou amigos?

395 **P.:** Tenho 2 amigos, tenho.

396 **E.:** E sempre estiveram ao seu lado, sempre?

397 **P.:** Por acaso estiveram.

398 **E.:** E é hoje o dia que fala com eles?

399 **P.:** Ah, ainda no domingo estava lá em casa com 2 filhas, que elas foram lá entregar um vinho e  
400 eu cheguei e elas: - "Oh mãe, nós agora imos", pronto tem a vida delas, também não posso,  
401 porque a mais velha tem 2 (filhos), são 3 homens (dois filhos e o marido) para *atimar* [cuidar].

402 **E.:** Pois, tem que cuidar deles, não é?

403 **P.:** Um anda a estudar, mas o pai a trabalhar e ela e o filho, e ela também anda (a trabalhar).  
404 "Ides embora (filhas), eu vou fechar as portas e também vou, vou ver lá uma senhora que lhe  
405 deu (um) AVC".

406 **E.:** Gosta de comunicar, de falar com as vizinhas?

407 **P.:** Pois, porque ela é, para mim aquela senhora...

408 **E.:** Sempre foi muito...

409 **P.:** ... Uma mãe, como uma irmã, porque as circunstâncias que ela passou, eu às vezes fazia-lhe  
410 algumas que ela até chorava com alegria.

411 **E.:** Mas o facto de ir falar com ela também ajuda a Dona A.?

412 **P.:** Ainda no domingo estávamos lá, estava lá uma irmã dessa senhora [impercetível]: - "Quê  
413 que foi?", - "Olhe, quando eu fui buscar o seu enteado, eu mandei ir buscar para você vir  
414 almoçar!", que ela andou lá a trabalhar, lá a trabalhar e depois sentou-se nas escadas e nem ia  
415 para a mesa, para a beira das pessoas, não ia para a mesa, eu: - "Como é? Você não quer  
416 comer?", - "Eu não tenho fome.", e depois chamei a minha sobrinha: - "Olha, vai buscar o  
417 menino!", tinha 2 anos, 2 anos e quê, ainda não tinha 3, "Oh tia, oh vó [avó], quer que vá lá  
418 buscá-lo?", "Vai lá buscá-lo, vocês ides ver ela a comer". Quando essa minha sobrinha chegou  
419 lá, ela viu o menino, agarrou-se a mim a chorar: - "Você...", - "Você não tem nada!", - "Ele  
420 está aqui e só vai embora quando você for", - "Ah...", - "Mas quem é que manda?! Sou eu que  
421 mando!". Por acaso gostava e gosto...



422 **E.: Gostava de...**

423 **P.:** Por causa dela, porque é uma senhora que chegava lá: - “Oh comadre, você está a ver pode  
424 vir”, oh que ela trabalhava na quinta do paço na terra em casas do paço. Digo assim: - “Vem de  
425 manhã ou vem depois do meio-dia?”. Quantas e quantas vezes, eu lhe apaguei o forno  
426 [impercetível].

427 **E.: Pronto, foram uma ajuda uma para a outra.**

428 **P.:** E ela às vezes chegava lá e o meu pai ainda era vivo: - “Olhe, vá buscar a pinga para as  
429 senhoras beber, vá”. Depois havia outra moça, uma senhora que andava com ela, e disse  
430 assim: - “Olhe que ela não almoçou”, – “Não almoçou porquê?” (Dona A.). Foi isto assim,  
431 assim, assim, mas eu vi logo que ele (marido da senhora) veio buscar bebeu para aí um copo,  
432 na carteira que ela levava meteu uma garrafa, depois ele embebedava-se muito (marido da  
433 senhora), depois deixava a comida estragar no fogão oh, nem comia nem deixava ninguém  
434 comer.

435 **E.: A Dona A. então sempre foi uma ajuda para ela e ela para si?**

436 **P.:** E agora que a mulherzinha deu-lhe aquele AVC, depois veio na segunda-feira, (há) 8 dias  
437 que ela veio do hospital.

438 **E.: E é uma ajuda. Olha Dona A. terminámos, eu agradeço, caso a Dona A. queira dizer mais  
439 alguma coisa esteja à vontade.**

440 **P.:** Não, acho que não vale a pena dizer mais nada.

441 **E.: Muito obrigada Dona A.**

**ID 14**

1 **E.: Sente-se neste momento em luto, Dona I.?**

2 **P.:** Como?

3 **E.: Neste momento, sente-se em luto?**

4 **P.:** Em luto? Sinto! Sinto e sentarei!

5 **E.: Eu gostaria que me falasse agora um pouco de si, da sua vida, das suas origens, dos seus**  
6 **irmãos, dos seus pais. Como é que era a sua vida quando era mais nova?**

7 **P.:** A nossa, a minha vida, eu era sozinha de rapariga. Os meus pais tiveram 5 filhos e eu era  
8 sozinha de rapariga e eles, éramos muito amigos. Eram 4 rapazes também muito metidos à  
9 igreja graças ao nosso Senhor, que é um dote, o melhor dote que nós devemos ter, tanto eu  
10 como qualquer outra pessoa.

11 **E.: Sempre cresceram com isso?**

12 **P.:** E pronto! Vivíamos, éramos pobres. Ultimamente o meu pai fez, conseguiu fazer uma  
13 casinha que é, quando acabou de morrer, acabou de a pagar e morreu. Acabou-se! Pronto,  
14 morreu primeiramente o meu pai, a minha falecida mãe já morreu há 30 anos e morreu o meu  
15 falecido pai há 20.

16 **E.: E trabalhavam na agricultura?**

17 **P.:** O meu falecido pai era, trabalhava na fábrica, em [impercetível], e a minha falecida mãe  
18 também trabalhou na fábrica enquanto, enquanto sim, enquanto pôde, até à idade da  
19 reforma, dantes era mais tarde e...

20 **E.: E a Dona I. e os seus irmãos o que é que faziam?**

21 **P.:** Os meus irmãos também trabalharam na fábrica.

22 **E.: E a Dona I.?**

23 **P.:** E eu *tava* [estava] em casa.

24 **E.: Ficava em casa.**

25 **P.:** Eu até deixei...

26 **E.: Mas ficava a cuidar da casa?**

27 **P.:** Eu porque não sei ler. Porque os meus irmãos, todos têm o exame de quarta. E eu não tive  
28 porque eles... para tomar conta deles.

29 **E.: Ah a Dona I. é que tomava conta deles?**

30 **P.:** Eu é que tomava, ou bem ou mal, logo que eu comecei a fazer alguma coisinha, os meus  
31 falecidos pais reencaminhavam de manhã... Saíam os dois de manhã e vinham à noite.

32 **E.: E era a Dona I. que tomava conta.**

33 **P.:** Eu é que tomava conta, fazer de comer, mas tomava conta... Mas tinha que ser mesmo com  
34 higiene... e com higiene.

35 **E.: Sim.**

36 **P.:** Que o meu falecido pai era muito rigoroso! Ele à noite, eu tinha de ter tudo prontinho, para  
37 o modo de (ele) ver se eu tinha, se estava arrumado ou não, às vezes de inverno não dava para  
38 ver, ele ia com uma lanterna, via debaixo das camas ver se tinha teias de aranha...

39 **E.: Ver se estava tudo direitinho.**

40 **P.:** É verdade, queria aquilo tudo na...

41 **E.: Tudo direitinho.**

42 **P.:** E era o meu trabalho. E aos meus irmãos, também tinham que ter os trabalhos feitos,  
43 quando eles estavam de férias, ele comprava um caderno para cada um e obrigava-os a umas  
44 tantas páginas de cópias.

45 **E.: Era rigoroso.**

46 **P.:** Era, era assim.

47 **E.: Exigente.**

48 **P.:** E não podíamos sair à rua. Nem podíamos sair cá fora. Nem outros meninos iam brincar  
49 connosco nem nós com eles.

50 **E.: Ai não? Vocês ficavam sempre...**

51 **P.:** Naquele tempo era assim.

52 **E.: Tem boas recordações na sua vida adulta?**

53 **P.:** Fotografias?

54 **E.: Boas recordações?**

55 **P.:** Sim, eu tenho. As recordações que tenho é que, é isso, é essa coisa de dar-mo-nos muito  
56 bem, sempre nos demos muito bem e continuamos a dar com os que estão vivos, que alguns já  
57 foram... são mais novos.

58 **E.: Sempre se deram bem os irmãos, uns com os outros?**

59 **P.:** Demo-nos sempre muito bem, demos e damos ainda com os que estão vivos.

60 **E.: Sim, sim.**

61 **P.:** O a seguir a mim, o que era a seguir a mim, (o) abaixo de mim já faleceu. Já faleceu  
62 também já há uns anos e, mas ainda tenho 3 (irmãos). Três rapazes. Um até é meu afilhado,  
63 volta e meia me está a ligar: - "Oh madrinha tá [está] tudo?". Ele mora em Viseu. - "Tá [Está]  
64 tudo?", - Está meu filho". Marés (tem dias) vou eu a casa dele, marés (tem dias) vem ele a  
65 minha casa.

66 **E.: Há ali uma ligação bonita?**

67 **P.:** Muito bonita! Muito linda, graças a Deus! Assim houvesse em todo o lado, não havia tanta  
68 malandragem.

69 **E.: E o que é que fazia para se divertir?**

70 **P.:** Para nos divertir?

71 **E.: Sim.**

72 **P.:** Olhe divertíamos-nos, olhe estávamos lá já à janela a ver, a ver o sei lá! A casa dos meus pais  
73 era assim num alto e, tinha então a povoação mais arrumada, e nós (víamos) dali, a ver a  
74 banda [as pessoas] a passar, como se costuma dizer (risos).

75 **E.: Ficavam a ver assim...**

76 **P.:** Era. Eles (pais) enquanto estavam em casa, quando não estavam... Mas também, quando  
77 eles não estavam, tinha que fazer o trabalho.

78 **E.: Tinha que fazer.**

79 **P.:** O que me estava mandado (a) fazer.

80 **E.: Tinha amigas?**

81 **P.:** Algumas, ultimamente... Nesse tempo não tinha.

82 **E.: Nesse tempo não tinha?**

83 **P.:** Nesse tempo não tinha. Só podia ter algumas amigas depois de ser maior, de ter mais idade  
84 e a minha falecida mãe então, depois reformou-se e estava em casa, e então a gente, mas não  
85 nos deixavam, não me deixavam ir para casa dela (amiga) nem... Nós, as nossas amizades era,  
86 do caminho da igreja até casa e de casa até à igreja. Era a missa e (o) terço.

87 **E.: Exato e conheciam-se aí.**

88 **P.:** O terço, a missa de manhã...

89 **E.: E conheciam-se aí, e falavam aí um bocadinho?**

90 **P.:** Sim senhora, exatamente, mas não saíamos. Nós não saíamos, o meu falecido pai não nos  
91 deixava sair.

92 **E.: Não vos deixava ir os bailaricos?**

93 **P.:** Até aos 18 anos foi assim. Depois dos 18 anos, não *de* [dos] 20, foi até aos 16 anos. Aos 16  
94 anos, *atão* [então] *apóis* [depois] já... Mas o que é que eu quero dizer com esse tanto (com  
95 essa idade) é que pegamos a sair, peguei a sair mas era à missa e ao terço, de tarde. E *apóis*  
96 [depois] estávamos ali. Depois que eu peguei a namorar, peguei a namorar a...

97 **E.: Como é que conheceu o seu marido?**

98 P.: O meu marido, nós íamos com os meus falecidos pais, íamos sempre à Senhora da  
99 Assunção, não sei se sabe?

100 E.: **Sei, sei onde é.**

101 P.: Monte Córdova e íamos a pé. Fazíamos uma merendinha, às vezes umas maçãs cozidas ou  
102 assadas, naquele tempo era assim. E alguma coisinha mais. Então, a minha falecida mãe  
103 trabalhou em Negrelos, e a minha falecida sogra também trabalhava e eram colegas. Elas a,  
104 vem dizer, que nos amanharam o namoro. A minha mãe falava-lhe a fim de mim e ela (sogra)  
105 falava a fim do meu falecido homem...

106 E.: **Sim, sim.**

107 P.: ... E foi daí, *apóis* [depois] fomos, quando comecei a namorar foi assim. Fomos à Assunção,  
108 à Senhora da Assunção e *apóis* [depois] ao vir para casa, eu vinha com os meus pais e a minha  
109 falecida sogra vinha também e calhou vir tudo a pé. E calhou de se encontrar connosco e ele  
110 (marido) também vinha. E ele também vinha, o filho, mas a mãe já lhe tinha dito, já lhe tinha  
111 dito qualquer coisa...

112 E.: **Sim, sim.**

113 P.: ... E então a partir daí comecei a falar para ele (marido). Namorei com ele 5 anos.

114 E.: **Cinco anos?! Muito tempo.**

115 P.: Cinco anos. Eu fiz... Eu casei com 21, fiz 21 em junho e casei no dia 25 de novembro e foi...  
116 Mas comecei a namorar com ele aos 16, aos 21 eram 5 anos (de namoro), falamos 5 anos... E  
117 casámos e ainda estivemos juntos. E ainda tenho lá o álbum de fotografias!

118 E.: **De tudo. Foi um casamento por amor?**

119 P.: O casamento foi, o casamento naquele tempo...

120 E.: **Mas a vossa relação? Era uma relação de amor e carinho?**

121 P.: Claro, e respeito. Não é como agora. E muito respeito!

122 E.: **Respeito.**

123 P.: Mas mesmo ainda ontem estivemos a falar nisso. Alguns a dizer até à Doutora assim: “- Ai  
124 eu não queria”, estávamos naquela salita dos trabalhos. “Vocês como é que eram no vosso  
125 tempo?” (Doutora), e algumas (colegas da instituição) assim, de namoro e assim “ai eu numa  
126 tarde namorava para ai para 4 ou 5”, outra “eu já não ia tanto em falar assim mais (do) que  
127 um”. E ela depois perguntou a mim: - “E você Dona I.?”, – “Se eu só falei para um. Foi o  
128 primeiro e o único”.

129 E.: **Foi o primeiro e o único.**

130 P.: Foi o primeiro e o único, sim. Ela até disse assim: - “Não há amor como o primeiro, não é?”.

- 131 **E.: É verdade.**
- 132 **P.:** Adei foi assim.
- 133 **E.: Como é que era a vossa vida de casal?**
- 134 **P.:** A nossa vida de casado, ele trabalhava e eu estava em casa.
- 135 **E.: Ele trabalhava em quê?**
- 136 **P.:** Ele trabalhava, não sei se conhece as pedreiras do [impercetível]?
- 137 **E.: Não, não.**
- 138 **P.:** É de Paços, podia conhecer.
- 139 **E.: Ele trabalhava lá e ficava...**
- 140 **P.:** Trabalhava lá nas pedras.
- 141 **E.: A Dona I. ficava a cuidar do lar?**
- 142 **P.:** E eu ficava em casa, a cuidar, sim. E fazia-lhe o almoço e vinha-lho trazer ao trabalho.
- 143 **E.: Ah.**
- 144 **P.:** Vinha ali trazê-lo.
- 145 **E.: E depois como é que, depois começaram a aparecer...?**
- 146 **P.:** Depois tive a primeira filhinha, foi a que me morreu, com um ano e meio. E morreu-me
- 147 com um ano e meio e dia 21, faltou-me no dia 21 de setembro e então a partir daí, nem
- 148 andava de bebé nem nada... Mas *apóis* [depois], eu tinha uma cunhada que já morreu...
- 149 (morreu) noutro dia, o Senhor tenha-a no Céu, coitadinha. Ela parece que adivinhou. Eu
- 150 chorava, chorei muito, também me tiraram tudo de casa para fora que eu, aí nossa senhora de
- 151 Fátima! E ela, e essa minha cunhada: - “Não se aflija Dona I., não se aflija, não se aflija
- 152 cunhada, você ainda vai ter muitos (filhos), você ainda vai ter muitos”. Ela só teve 2 (risos) dizia
- 153 que eu ia ter muitos. Entendia que eu não fugia à lei de Deus. E assim foi! Graças a Deus. O
- 154 nosso Senhor ouviu-a... Para ter mais 11. E estou tão contente... tão contente, olhe não queira
- 155 saber!
- 156 **E.: Ainda bem.**
- 157 **P.:** Há alguns meus vizinhos, a mim não me diz muito, mas da minha M. (filha), a mãe dessa
- 158 que tem os filhos a estudar que lhe diz “você é uma família!”.
- 159 **E.: É uma família muito unida.**
- 160 **P.:** Encontra-se pouco. Adei ao domingo não vão todos (filhos), mas se não for um que não vá,
- 161 que não possa ir, ligam-me: - “Oh mãe, amanhã não posso ir aí”. Eles já iam muito, gostavam
- 162 também muito do pai, mas agora a saber que eu que estou só, ainda...
- 163 **E.: Ainda ajudam mais, ainda estão mais próximos.**

- 164 P.: ... Ajudam mais. Pois. Adei...
- 165 E.: **Como é que o seu marido... Como é que tudo aconteceu até ao seu marido ficar doente?**
- 166 P.: Até ele ficar doente, andava mais ou menos nesse tempo. Ainda esteve, antes de se
- 167 reformar, ele reformou-se aos 62, porque teve um tombo e deslocou o ombro. E depois
- 168 daquilo eles (médicos) foram-lhe dando baixa e ele recuperou. Depois recuperou bem. Deram-
- 169 lhe, esteve baixado até à idade da reforma. Depois aos 75, aos 65 deram-lhe a reforma. E a
- 170 doença apareceu antes de ele morrer 2 anos (emocionada), sim 2 anos antes... Se fizer a conta
- 171 do ano que foi ele morreu (suspiro) há 2 *anos* [1 ano]...
- 172 E.: **Não precisa de me dizer os anos. Não precisa... não precisa.**
- 173 P.: Ai, mas isto custa muito!
- 174 E.: **E foi de cancro então, não foi?**
- 175 P.: Ah?
- 176 E.: **Foi cancro?**
- 177 P.: Como?
- 178 E.: **Foi cancro?**
- 179 P.: Foi no esófago.
- 180 E.: **E ele a partir daí, ele estava em casa com a Dona I.?**
- 181 P.: Sim. Quando ele estava doente?
- 182 E.: **Quando ele estava doente, ele estava em casa com a Dona I.?**
- 183 P.: Pois estava. Ele *quando* [enquanto] pode estar em casa, ele esteve.
- 184 E.: **E a Dona I. é que cuidava dele?**
- 185 P.: Eu cuidava dele enquanto podia. Depois de ele acamar é que não esteve muito tempo.
- 186 E.: **Ai ele acamou?**
- 187 P.: Ele acamou, mas não *teve* [esteve] muito tempo. *Teve* [esteve] para aí 1 mês, nem 1 mês.
- 188 E.: **Quando ele acamou, quem é que a ajudava?**
- 189 P.: Quando ele acamou, eram os meus filhos. Eles até iam mais rápido do que era preciso. Eles
- 190 todos queriam ver as melhoras do pai.
- 191 E.: **Exato.**
- 192 P.: E os que não iam ligavam-me: - “Mãe, como é que o pai está?”.
- 193 E.: **Então os seus filhos ajudavam na alimentação, na...**
- 194 P.: A [Em] tudo... tudo.
- 195 E.: **Tudo o que era preciso.**
- 196 P.: Nunca faltou ali nadinha.

197 **E.: Tudo o que era preciso.**

198 **P.:** Aliás, até a alimentação ia...

199 **E.: Ia aqui do centro...**

200 **P.:** ... Do centro, ia do centro. Porque nós já estávamos no centro. Estivemos no centro ainda  
201 uns anos, desde que isto...

202 **E.: Neste centro?**

203 **P.:** ... Desde que isto abriu nós estivemos aqui. E ele *apóis* [depois] adoeceu e eu não podia vir,  
204 mas ia...

205 **E.: Depois de reformados estiveram aqui, no centro os dois?**

206 **P.:** Sim, foi depois de reformados senão... Isto abriu há 5 anos. Vai fazer 6 anos.

207 **E.: Ah, não sabia.**

208 **P.:** E então a Doutora disse: - "Oh Dona I., se quiser nós damos comida na mesma", - "Pode  
209 mandar, eu passo a pagar na mesma e pode mandar". E eu mandava (dinheiro), teve... para  
210 poder cuidar melhor dele, enquanto pude tomar eu sozinha, meti-lhe a comidinha muita  
211 vezinha, os meus filhos nem sempre estavam lá... mas se eu precisasse era só... mas de manhã  
212 até essa minha filha...

213 **E.: Mas sempre teve o apoio da família e dos amigos?**

214 **P.:** Graças a Deus! Essa minha filha ia lá todos os dias fazer-lhe a higiene. E ela fazia, fazia  
215 melhor que uma enfermeira.

216 **E.: Ainda bem, ainda bem.**

217 **P.:** Por acaso.

218 **E.: Ainda bem que teve o apoio.**

219 **P.:** Adei olhe...

220 **E.: Eu agora gostava que me falasse acerca do que sentiu após a perda do seu marido. O que  
221 é que mudou na sua vida?**

222 **P.:** O que é que mudou? Olhe, mudou a quase tudo. Mudou a quase tudo, porque eles (filhos)  
223 não me querem em casa sozinha, agora não faço nada, não faço nada. Faço ainda agora, antes  
224 de vir para baixo, dou uma limpadelinha ao que está sujo. Eu só vou a casa, vou a casa à noite  
225 quando vamos daqui às 5h (tarde), e vou para casa ainda acendo o meu fogão e vejo ali um  
226 bocadinho *a* [de] televisão que tenho a canção nova, não sei se é conhecedora disso, mas  
227 tenho a canção nova, gosto muito de ver, que dá muitas coisas da igreja, dá tudo, dá tudo da  
228 igreja e então, estou ali até à hora. Mas a minha filha que mora lá à minha beira, não gosta que  
229 eu esteja muito tempo sozinha, "mãe, você até trazia a sua sopinha, comia aqui alguma coisa



230 *com nós* [connosco] e comia aqui”. Ainda ontem me disse, mas não quero. Não quero. Eu  
231 como na minha casinha, na minha casa, deixo a minha cozinha limpa, arrumadinha...

232 **E.: A Dona I. leva a comida aqui do centro?**

233 **P.:** Eu levo a sopa do centro e uma pecinha de fruta e pão.

234 **E.: Sim, sim, sim.**

235 **P.:** E *apóis* [depois] se eu quiser mais alguma coisinha ajeito. E, mas a gente lancha bem à  
236 tarde, até nem muitas das vezes nem a sopa como toda. E depois *atão* [então] ajeito, e fecho  
237 as portinhas e vou para casa dela (filha que mora à sua beira).

238 **E.: Ai dorme lá?**

239 **P.:** E durmo lá. Durmo lá em casa dela. De segunda a domingo, de domingo a sexta. Hoje ainda  
240 durmo em casa dela. Já estava na ideia que hoje era sexta-feira, mas ainda não, hoje ainda é  
241 quinta.

242 **E.: À sexta e ao sábado é que não dorme.**

243 **P.:** Sexta e sábado. De sexta para sábado, sábado para domingo vai lá um casal, por exemplo,  
244 amanhã à noite já vai para lá. O casal dorme lá e está lá, passa lá a noite comigo até ao outro  
245 dia à noite.

246 **E.: Para lhe fazer companhia durante a noite.**

247 **P.:** Só no outro dia, no sábado à noite, quando vier outro casal é que esse casal vai para casa, e  
248 fica esse casal a tomar conta. Limpezas, tudo, não me deixam fazer nada. Eu ajudo-os.

249 **E.: Mas conhece esse casal? Conhece esse casal ou foram os seus filhos que...**

250 **P.:** Não! Esse casal, mas é, são meus filhos, filhos, meus filhos.

251 **E.: Ah, são seus filhos!**

252 **P.:** Ou vai a minha filha e o marido ou vai o meu filho e a esposa.

253 **E.: Exato, exato.**

254 **P.:** Por exemplo, logo até vai. Estou na ideia que é sexta-feira. Amanhã até nem vai, vai o meu  
255 filho mais a minha nora e leva uma filha, mas esse não tem ficado lá. A pequena não gosta  
256 muito de dormir fora de casa, mas ele se fosse preciso ficava. Mas tenho a filha que diz: - “Oh  
257 pai, você pode ir para casa”.

258 **E.: Exato. E a filha fica lá.**

259 **P.:** Porque ele também tem de ver, que ele, *apóis* [depois] tem mais filhos, mais um filho e  
260 uma filha em casa, para não ficarem sozinhos.

261 **E.: Realmente tem uma família muito amiga.**

262 **P.:** Impecável! Impecável! Sim senhor!

263 **E.: Tem. E o que é que mudou mais na sua vida?**

264 **P.:** Não estou a ver muito mais nada.

265 **E.: O que é que faz para superar a dor? A dor, a tristeza que sente?**

266 **P.:** O que faço? Rezo, muitas vezinhas. Quando me lembro dele, rezo. E peço à nossa Senhora  
267 que o leve para bom lugar e que ele possa pedir ao Senhor por mim. De noite eu durmo mal,  
268 às vezes. O terço está sempre debaixo da minha almofada.

269 **E.: Que estratégias adota para viver no dia a dia? Para conseguir fazer, para continuar a**  
270 **viver? O que é que gosta de fazer?**

271 **P.:** Eu gosto de as ajudar (filhas), até no campo eu gostava bem de terreno, como semear  
272 batatas fazer com o meu falecido marido, tadinho! Também gostava que eu fosse para a beira  
273 dele, muitas vezes para não estar sozinho...

274 **E.: Sim, sim.**

275 **P.:** ... E eu ia até à beira dele, conversávamos, estávamos ali e assim se passava o tempo. Eu  
276 gostava muito. Mas agora nem que queira, não posso. Eles (filhos) andam lá a trabalhar, eu  
277 vou até à beira deles... Eles já têm dito: - “A mãe que venha até aqui ao menos, já que você  
278 não faz mais nada, traga-nos de beber” (risos). É assim.

279 **E.: Mas quando o seu marido faleceu, a Dona I. veio logo para o centro? Não se fechou em**  
280 **casa?**

281 **P.:** Eu não vim logo. Os meus filhos... *tive uma teve* [estive numa] filha, os meus filhos *tiveram*  
282 [estiveram] em casa uns dias e depois desses dias foram trabalhar, mas fizeram uma reunião...  
283 - “A mãe não vai ficar sozinha. A mãe não fica sozinha” (filhos). ... - “Você ou vai para o centro  
284 ou um de nós (mete) baixa, mete baixa para estar consigo”, – “Não há necessidade disso. Vai-  
285 me custar entrar no centro sozinha, vai-me custar”...

286 **E.: Pois, porque antes...**

287 **P.:** Mas foi mesmo até a Doutora que foi lá (a casa). Disse ela: - “Dona I., eu acho que já está na  
288 hora de você ir para a nossa beira”. Foi ela que me foi buscar e deu-me, também muito apoio.  
289 “Você se não quiser estar à beira deles (dos outros utentes) está assim na salinha”, onde nós  
290 estamos agora, que é assim mais sossegado. E custou-me! Custou-me muito! Ai, eu entrar ali,  
291 a primeira passada, a terra saía-me debaixo dos pés. Porque eu estava habituada a entrar era  
292 com ele...

293 **E.: Com ele.**

294 **P.:** ... Não estava sozinha. Só quem passa por elas é que sabe. Quem passa por elas é que  
295 sente.

296 **E.: Que sente sim.**

297 **P.:** Porque eu tive uma ocasião, no ano passado pela Páscoa. Foi no ano passado por esse  
298 tempo, o nosso senhor Padre vem aqui muitas vezes, e ele *tava* [estava] aqui e *apóis* [depois]  
299 até nos confessou. E eu *vim-me* [fui-me] confessar e ele (padre) começou assim a perguntar,  
300 que ele conhecia-o bem e sabia bem o estado dele (do marido). E ele disse: - “Você...” e eu  
301 comecei a chorar, e ele assim: - “Você chora porquê? Deus nosso Senhor, você pode estar  
302 contente que o nosso Senhor fez-lha feliz. Ele tirou-lhe o sofrimento. Você não imagina o  
303 sofrimento que ele tinha e agora está a gozar o que você não está”. Então agora está...

304 **E.: Está em paz.**

305 **P.:** Está em paz, é verdade. E eu até lhe disse, diz ele assim, [impercetível] foi ele que nos tinha  
306 feito as bodas de ouro...

307 **E.: Ah!**

308 **P.:** ... E eu: - “Oh Sr. Padre, foram 50 anos”, – “Eu sei que foi”. Eu tenho lá o álbum, foi muito  
309 lindo, muito lindo, muito lindo, muito lindo! E então é que ele me diz: - “Olhe, mas você chora  
310 tem saudades, ainda bem que você chora”, queria dizer que tinha saudades, que algumas não  
311 se importarão tanto, eu digo, não me tenho por mais que ninguém, não digo que não acha  
312 ninguém como eu mas...

313 **E.: Depende da relação que existe entre o casal sabe?**

314 **P.:** Sim, mas claro.

315 **E.: E das pessoas, nós somos todos diferentes.**

316 **P.:** É, ninguém é igual, ninguém é igual.

317 **E.: Nós somos todos diferentes.**

318 **P.:** Ninguém é igual.

319 **E.: Mas no seu dia a dia Dona I., que estratégias é que a Dona I. pensou, o que é que vou**  
320 **fazer para conseguir viver o meu dia, com mais alegria?**

321 **P.:** Viver com mais alegria?

322 **E.: É o rezar?**

323 **P.:** Ah?

324 **E.: É o rezar?**

325 **P.:** É. Como eu digo, quando estou mais em baixo rezo.

326 **E.: Reza.**

327 **P.:** Já fico aliviada, já ando um tempo. Para próxima *tomo* [torno] a fazer o mesmo e bem e  
328 descontrai-o, vou até casa da minha filha ou até casa do meu filho.

329 **E.: Sim.**

330 **P.:** Que estão ali, eu saio para um lado vou para a minha filha, para outro lado vou para o meu  
331 filho, só passa uma casa ao meio já tenho ali outra minha filha.

332 **E.: Moram ali perto.**

333 **P.:** Na ponta da aldeia, da rua, não é da rua, mas da aldeia mora essa tal minha filha que  
334 também é muito minha amiga, foi a que cuidou mais dele, coitadinha. Foi, ela estava em casa,  
335 só trabalhava de tarde e é que ia lá e cuidava e ajudava-me a fazer muito...

336 **E.: E era ela que cuidava mais.**

337 **P.:** ... As outras (iam) para trabalhar, que ela disse mas eles (filhos) pagaram, fizeram uma  
338 reunião “A M. vai assumir o cargo de tomar conta do pai”, que nós íamos pagar a uma  
339 enfermeira para ir lá cuidar dele...

340 **E.: Sim.**

341 **P.:** ... Para lhe dar, fazer a higiene, até aqui as do centro também andam.

342 **E.: Mas a dona, só uma dúvida que eu fiquei Dona I., a Dona I. não vinha para o centro,**  
343 **ficava lá com ele em casa?**

344 **P.:** Pois ficava, pois ficava. Nós só vínhamos para o centro antes de ele adoecer, depois de ele  
345 adoecer nunca mais tornei (a vir) para o centro enquanto ele foi vivo.

346 **E.: Exato.**

347 **P.:** Ele foi para o hospital, *teve* [esteve] em Penafiel... *teve* [esteve] no IPO...

348 **E.: Exato. Aquilo tudo...**

349 **P.:** ... Ia para lá todos os dias, ia de manhã, iam-me lá levar de manhã, eu esperava lá todo o  
350 dia até à noite, e depois ia lá sempre um filho todos os dias vê-lo. Um cada dia e *atão* [então]  
351 *apóis* [depois], eles iam e traziam-me. Foi assim.

352 **E.: Depois de ele falecer a sua saúde, como é que está a sua saúde?**

353 **P.:** Ai, foi muito abaixo. Eu ainda estou forte, mas era muito mais forte.

354 **E.: Era mais forte.**

355 **P.:** Era muito mais forte.

356 **E.: Oh Dona I., por exemplo o facto de rezar o terço para as outras pessoas ajuda? Gosta de**  
357 **fazer isso?**

358 **P.:** Ui, mas quanto! Já estou a sentir a falta que eu vou sempre ali acima, ao andar de cima. É  
359 assim, tem muitas salas que é da catequese e assim e nós, e tem lá a Nossa Senhora da Paz,  
360 eles puseram lá a Nossa Senhora da Paz e eu vou lá, ia lá todos os dias rezar o terço mesmo no  
361 tempo do meu falecido homem, antes de ele...

362 **E.: Sim.**

363 **P.:** Enquanto ele estava aqui. Eu até ia muitas vezes eu sozinha, depois pegaram a saber que  
364 eu pedia licença à Doutora para me deixar ir lá cima, soube, souberam que eu ia e pediram  
365 também “estão à vontade, quanto mais melhor” e olhe, das 11h ao 12h, hoje já não fomos. Ela  
366 também acho que não está ali a Nossa Senhora, um senhor veio buscá-la para levá-la, para  
367 restaurar.

368 **E.: Então isso dá-lhe alegria, o facto de rezar?**

369 **P.:** Muita.

370 **E.: E costuma participar aqui nas atividades do centro?**

371 **P.:** Sim, sim, sim, sim, sim...

372 **E.: Isso ajuda?**

373 **P.:** Ainda agora estava a jogar, estava a jogar cartas.

374 **E.: Estava a jogar, e isso ajuda-lhe?**

375 **P.:** *Apóis* [Pois] ajuda, ajuda a passar o tempo.

376 **E.: E ajuda também...**

377 **P.:** A reanimar.

378 **E.: A reanimar.**

379 **P.:** Mas mesmo as pessoas, nós que estamos ao menos lá dentro somos muito dadas, somos  
380 quase todas, mas aqueles que estávamos ali mais juntos com quem jogámos e assim, elas  
381 (auxiliares) ajudam muito as pessoas, ajudam a gente a levantar...

382 **E.: Ainda bem.**

383 **P.:** Tem ali uma senhora (colega da instituição) que, quando eu venho um bocado mais coisa: -  
384 “O que é que se passa consigo hoje? O que é que se passa consigo hoje?”, – “Olhe, você sabe,  
385 você nem sempre anda bem - disposta, olhe são coisas da vida”. Às vezes lá lhe conto outras  
386 vezes...

387 **E.: Ajudam-se umas às outras.**

388 **P.:** Ajudamo-nos umas às outras.

389 **E.: Umas às outras. Que tipos de apoios recebe, apoios físicos, apoios económicos? Recebe a  
390 sua reforma, não é e do seu marido?**

391 **P.:** Recebo metade da reforma, da reforma dele.

392 **E.: Ajuda para conseguir pagar as suas despesas.**

393 **P.:** Tem que ser. Não sobra muito mas tem que ser.

394 **E.: Exato.**

- 395 P.: Não sobra muito que eu tenho 25, 24 netos e habituei-lhes quando eles fazem anos dou-  
396 lhes uma prenda. O quê que lhes hei-de de dar, não dou prenda dou uma notinha e...
- 397 E.: **E eles compram o que eles quiserem.**
- 398 P.: ... E eles compram eles ou dão aos pais, e eles compram o que eles quiserem.
- 399 E.: **Exato.**
- 400 P.: E pela Páscoa, ainda vou comprar, mas estou morta por ir comprar...
- 401 E.: **Os saquinhos de amêndoas.**
- 402 P.: ... Os saquinhos de amêndoas para dar a todos eles. Pelo Natal a mesma coisa. Adei não é  
403 muito, mas a gente *tenteia* [tenta].
- 404 E.: **Tenta sempre fazer como pode.**
- 405 P.: É, é. Não dá para mais, mas...
- 406 E.: **E que apoios humanos recebe?**
- 407 P.: Ah?
- 408 E.: **Humanos, apoio de pessoas, já me disse que recebe muito apoio da sua família, daqui do**  
409 **centro...**
- 410 P.: Recebo apoio? Ui, apoio e das pessoas de fora e daqui do centro... De resto não convivo  
411 muito que estou aqui todo o dia, não tenho grande convivência com as outras pessoas.
- 412 E.: **Pronto, mas vai falando com as vizinhas ou assim?**
- 413 P.: Não tenho vizinhas, as vizinhas são a família (riso breve).
- 414 E.: **É a família.**
- 415 P.: É. Tenho 3 filhos à minha beira.
- 416 E.: **É a família.**
- 417 P.: E é assim um lugar que tem poucas casas não há muito, tem, tem algumas casas, mas  
418 alguns até andam a trabalhar, mas também há lá uma vizinha que também se dá muito bem  
419 comigo, também é a que fala mais para mim. Mora à beira da minha filha então também fala,  
420 fala comigo, também gosta de falar comigo. Por isso, olhe, eu não sei o que é andar de mal  
421 com ninguém, não sei, não gosto nem de falar nem de ouvir falar dos outros, se ouvir falar,  
422 falo logo: - "Não é isso que Deus quer, não é isso que Deus quer".
- 423 E.: **Então são os seus filhos que cuidam das questões financeiras, dessas coisas?**
- 424 P.: Sim, sim, sim, sim.
- 425 E.: **Eles cuidam dessas coisas. O que é que mais gosta de fazer depois da perda do seu**  
426 **marido?**
- 427 P.: De quê? Não sei de quê, não sei o que mais lhe hei-de de responder.

428 **E.: É difícil. O que é que gosta mais, o que é que lhe dá mais prazer fazer, mais alegria depois**  
429 **da perda do seu marido?**

430 **P.:** Olhe, a minha alegria é quando os vejo juntos comigo, é ajudar a fazer um almoço bom  
431 para...

432 **E.: Para eles.**

433 **P.:** Para eles (filhos) almoçarem comigo.

434 **E.: Sim.**

435 **P.:** Que é quando eu me sinto mais contente que eles dizem-me: - “Oh mãe”, até normalmente  
436 não faço em minha casa que a minha casa é antiga, está arranjadinha por dentro e assim, mas  
437 são uns cantos pequeninos, não cabemos lá todos, então fazemos em casa da minha filha que  
438 tem uma garagem muito grande...

439 **E. Sim.**

440 **P.:** ... Ou na outra de baixo que também tem uma sala muito grande, e ou noutros, que eu  
441 tenho uns em cada lado, tenho em Carvalhosa, tenho em Ferreira, em Lousada, tenho em  
442 Figueiró, também lá tenho.

443 **E.: Mas estão todos assim aqui mais perto.**

444 **P.:** Pois. Mas eles estão longe de mim, mas ao mesmo tempo estão perto.

445 **E.: Mas essa é a maior alegria para si?**

446 **P.:** É a minha maior alegria é essa, eles às vezes: - “Oh mãe, quer que nós coma e você não  
447 come?”, - “Oh, eu já estou contente em só vos ver comer”.

448 **E.: Eles incentivaram a Dona I. a vir aqui, para o centro?**

449 **P.:** Sim, eles disseram. Eles não queriam, ou ficava (com) uma delas (filhas).

450 **E.: A cuidar de si.**

451 **P.:** Em casa comigo ou vinha para aqui.

452 **E.: E a Dona I. ...**

453 **P.:** E eu decidi: - “Não, vocês não ides perder, não ides perder o vosso trabalho por minha  
454 causa, por amor de Deus!”... Se eu nunca tivesse vindo para aqui ainda estaria, ainda estava  
455 *com um* [como um] “panado no chão” (estava sem vontade de viver) ...

456 **E.: Mas não, já conhecia.**

457 **P.:** Mas já tinha vindo, custou-me entrar aqui por o motivo de ele...

458 **E.: De vir sem ele.**

459 **P.:** ... De vir sempre com ele e naquele dia entrar sozinha e a perda dele.

460 **E.: Mas é uma adaptação, não é?**

- 461 P.: É, mas dantes a gente também jogava um jogo, o jogo da bócia...
- 462 E.: **Eu sei, eu sei.**
- 463 P.: Era ele, éramos 2 equipas, eu *sou* [era] a chefe de uma equipa e ele (marido) de outra.
- 464 E.: **Ah!**
- 465 P.: Eles eram de outra.
- 466 E.: **E ainda continua a jogar?**
- 467 P.: Eu desta vez não joguei, mas para a semana já vou jogar outra vez.
- 468 E.: **E é uma coisa que também a ajuda, não é?**
- 469 P.: Ajuda, pois ajuda, a gente anda...
- 470 E.: **E ajuda também a superar.**
- 471 P.: É, a passar, a passar.
- 472 E.: **E animar, estar mais...**
- 473 P.: Aquela negrura que a gente às vezes trás.
- 474 E.: **E o que é que gosta menos de fazer?**
- 475 P.: Nem sei. De tudo um pouco.
- 476 E.: **De tudo um pouco. Olhe, eu terminei Dona I., a entrevista.**
- 477 P.: Como?
- 478 E.: **Terminei a entrevista.**
- 479 P.: Prontos, acabou bem (risos).
- 480 E.: **Se a Dona I. me quiser dizer alguma coisa que ache importante.**
- 481 P.: Se já acabou. Este papel é para levar para casa?
- 482 E.: **É, é para ficar consigo.**
- 483 P.: Vou mostrar a todas elas (filhas), para ver o que elas me dizem.



**Anexo 7: Dados relativos ao segundo ponto da entrevista (vida adulta antes da perda)**

Categorias da Dimensão “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo
<b>Vida</b>	- Estado de saúde	<p><b>Estado de saúde</b></p> <p>ID4: “Não, não, parei quando me aconteceu isto (amputação dos membros inferiores)”. “Isto foi há 9 anos” – 53,61</p> <p>ID6: “(...) eu fiquei pior e <i>após</i> [depois] a vida... Depois aleijava-me e não ia aos médicos nem nada e por aí comecei, que agora tenho muito sofrimento...” – 246-247</p> <p>ID9: “Ele (marido) comprou um banco articulado, na Feira-Nova, que viu e eu já lavava a loiça sentada. Abria a porta do armário, tinha um tapetinho e, então eu já não podia estar de pé, não aguentava estar de pé” – 150-152</p> <p>ID9: “O meu problema é os joelhos, quase toda a família sofre dos joelhos. (...) Fui ainda operada ao joelho com 80 anos, já tinha feito 10 operações”. “Uma inédita! Foi uma hérnia esofágica, que é dentro do meu estômago (...)” - 205-207,209</p> <p>ID10: “Andava de cadeira de rodas, mas andava bem... Largava a cadeira e ainda ia...” – 174</p> <p>ID10: “Andava. Ainda andava dos ossos. Não andava tão <i>pé</i> [mal], como agora”. “Um andarilho. Eu tinha um andarilho...” – 200, 204</p> <p>ID12: “Apanhei (um) esgotamento <i>de</i> [no] cérebro e uma depressão nervosa” - 191</p>

	<p>- Relação familiar</p>	<p><b>Relação familiar</b></p> <p>ID2: “ Eu vivia com a minha prima (...) ” – 67</p> <p>ID3: “Foram também muito meus amigos, muito bons pais (...) ” – 24</p> <p>ID5: “ (...) o meu pai quase não o conheci. Ele deixou a minha mãe e arranhou outra (...) ” – 17</p> <p>ID5: “O meu irmão já <i>está</i> [estava] ceguinho, e <i>atão</i> [então] a minha mãe coitada, (...) nunca tinha um beijinho para dar, não tinha, via-se desesperada também... (...) E de maneira que nunca <i>teve</i> [tive] assim grande carinho” – 24,26</p> <p>ID6: “Eu sou irmã de quinhão [conjunto] de 10 irmãos, e só somos 2” - 11</p> <p>ID8: “Nunca fui criada com o meu pai, porque o meu pai morreu eu era muito novinha...” -28-29</p> <p>ID8: “E nós éramos 5, 6 filhos, éramos 6 irmãos, e a minha mãe teve que trabalhar muito para ter... Para nos criar. Começamos a trabalhar muito novinhos” -29-30</p> <p>ID9: “Já vivia só com a (minha) mãe nessa altura, estava separada do (meu) pai” – 18-19</p> <p>ID9: “Da minha mãe eu sou filha única. Foi ela que me criou, que me ajudou, que me vestiu, que me ajudou pela vida fora. Aos netos e tudo, foi a minha mãe, que o meu pai não pode. Deu muito amor (pai). E eu, até à morte dele, fui sempre visitá-lo” – 53-55</p> <p>ID10: “Felizmente nunca me <i>faltou</i> [faltaram] sempre em vida (pais). (...) (boa) de pais (...) ” – 27</p> <p>ID10: “Vivia com a minha mãe”. “ Nós éramos 7 irmãos” – 53, 57</p> <p>ID11: “O meu pai... o meu pai faleceu ainda era... nós éramos todos solteiros, éramos 8 irmãos, estávamos todos solteiros” – 239-240</p> <p>ID12: “E eu <i>foi</i> [fui], nós somos 7 irmãos e de 7, fui eu a única que olhei pelo meu pai, que ele precisava de ajuda. Que a minha mãe não podia olhar por ele” – 20-22</p> <p>ID12: “Ficou a minha mãe só. A minha mãe ficou sozinha, mas não podia se vestir, não se podia levantar, não se podia, fazer nada. Empurraram-me (irmãos) também para a (minha) mãe” – 32-34</p> <p>ID13: “E a minha mãe pronto, a verdade é uma, mal a conheci porque eu era pequenina, pequena, já tinha 13 anos, mas o meu pai só morreu agora há 22 anos e ela já fez 58 (anos), que morreu” – 8-10</p> <p>ID14: “Os meus pais tiveram 5 filhos e eu era sozinha de rapariga e eles, éramos muito amigos” – 7-8</p>
	<p>- Características dos pais</p>	<p><b>Características dos pais</b></p> <p>ID3: “ (...) a minha mãe sabia também cantar na igreja, sabia, fazia ensaiar os reis, a minha mãe era muito da igreja (...) ” – 24</p> <p>ID6: “Os meus pais, os meus pais não (me) deixavam gozar para lado nenhum” - 18</p> <p>ID7: “ (...) o meu pai era marnoto, trabalhava nas marinhas de sal, a minha mãe vendia peixe na praça (...) ” – 17-18</p> <p>ID7: “ (...) porque a minha mãe não me deixava ir sozinha de noite para os bailes, Deus me livre!” – 40-41</p> <p>ID10: “O meu pai era tipógrafo” - 55</p> <p>ID11: “Os meus pais, o meu pai faleceu com 48 anos, a minha mãe com 83 e a... A minha mãe era costureira (e) o meu pai era jornalista” – 17-18</p> <p>ID14: “Que o meu falecido pai era muito rigoroso! Ele à noite, eu tinha de ter tudo prontinho, para o modo de (ele) ver se eu tinha, se estava arrumado ou não (...) ” - 36-37</p> <p>ID14: “ (...) Só podia ter algumas amigas depois de ser maior, de ter mais idade e a minha falecida mãe então, depois reformou-se e estava em casa, e então a gente, mas não nos deixavam, não me deixavam ir para casa dela (amiga) nem...</p>

		Nós, as nossas amizades era, do caminho da igreja até casa e de casa até à igreja. Era a missa e (o) terço” – 83-86
	- Estudos	<p>ID4: “ (...) por isso é que eles não me deram a escola, coitados, trabalhavam os dois, enquanto (eu) tomava conta de 4 irmãos, fiquei assim” – 114-115</p> <p>ID9: “Da escola infantil fui para a escola primária. Na escola primária as meninas do meu tempo faziam a 4.ª classe, e depois da 4.ª classe quem podia continuava os estudos” – 15-17</p> <p>ID9: “E eu fui para a Escola Comercial (De) Fernando Caldeira, em Aveiro. Aí fiz o meu curso”. “Quando acabei o curso tinha 15 anos. Eram 3 anos na altura. O nosso curso era muito bom, porque o nosso curso dava acesso ao 5.º ano” - 21-22; 30-32</p> <p>ID12: “Sempre, sempre, sempre” (andava na escola e trabalhava na agricultura) - 51</p> <p>ID13: “E às vezes, quando tinha férias (da escola) ia para o monte com o gado” – 15</p>
	- Trabalho	<p>ID1: “Andava sempre a cantar pelas terras, quando era novazita, onde eu trabalhava, com o meu pai” – 11-12</p> <p>ID1: “ <i>Surribava</i> [arar] a eito com o meu paizinho, nova, novazita” - 26</p> <p>ID2: “eu na Figueira não fazia quase nada”. “Era mais a vida de casa e tratar dos filhos (...)” – 31,33</p> <p>ID2: “Olhe, ensinaram-me a trabalhar na terra e eu comecei a trabalhar na terra. Fazia terra, tinha um quintal, tinha lá um grande quintal em casa e fazia o quintal” – 35,36</p> <p>ID3: “Trabalhava na terra, semeava alface, semeava feijões, semeava centeio” – 18</p> <p>ID3: “Eu fui para Alcochete, fui para Alcochete para a seca (...)” – 85,86</p> <p>ID4: “Comecei a trabalhar aos 12 anos numa seca (...)” – 10</p> <p>ID4: “<i>Tive</i> [Estive] na França 25 anos, vim-me embora... Cheguei a casa e meti uma ordenha de vaca, de tirar o leite às vacas e fazia muita terra, que a minha casa tem uma terra que ela vai para o rio, e trabalhávamos os dois assim, até ele poder” – 37,37-39</p> <p>ID5: “A trabalhar no campo, ali umas quintas do lado de lá do rio” – 35</p> <p>ID5: “ (...) <i>foi</i> [fui] para a seca do bacalhau quando já era maiorzita (...). Depois a minha mãe também me <i>deu</i> [colocou] à costura um tempito (...) Mas depois havia os <i>bacalhoeiros</i> [?], que era preciso juntarem mais do que uma costureira, e como eu já sabia coser bainhas (...)”. “E lá ia, e comecei a aprender, até calças de homem fazia ao vê-las cortar (...)” – 38,40,43-45,48</p> <p>ID5: “ Numa fábrica de limpezas” – 89</p> <p>ID5: “Aqui em Portugal, a gente trazia-mos desejos à nossa vida antiga, fazíamos o terreno da nossa casa, ele comprou um tratorcinho e um motocultivador”. “E íamos à mata ao musgo para <i>estremar</i> [separar], íamos ao rio ao <i>moliço</i> [adubo], porque não tínhamos gado e chamávamos assim a [à] terra, era um recreio para nós” – 149,152</p> <p>ID6: “<i>Vim</i> [Fui] para seca com 11 anos (...)” -55</p> <p>ID6: “Trabalhávamos na terra (Dona E. e o marido)” - 188</p> <p>ID6: “ Sim, e eu andava na praça”. “Vender hortaliças, vender isto, vendíamos de tudo o que era assim, vendíamos ali na Costa” – 190,194</p> <p>ID7: “ (...) eu fui muito novinha para a costura” - 18</p> <p>ID8: “Comecei a trabalhar com 12 anos, era nisto nas franjas, franjista [mulher que fazia franjas, peça constituída por fios, torcidos ou não] (...)” – 30-32</p> <p>ID8: “Da minha casa, (e) trabalhava para o patrão dele (marido) que era uma casa grande de comércio” – 191-192</p> <p>ID9: “Depois do meu curso trabalhei primeiro numa casa, papelaria tipografia” –</p>

		<p>22-23</p> <p>ID9: “ (...) quando fui trabalhar com 18 (anos), já estava como analista [profissional de finanças] ” - 29</p> <p>ID10: “Eu era costureira”. “Antes de ser casada” – 47,49</p> <p>ID10: “Depois fui empregada numa indústria de malhas” – 53</p> <p>ID11: “Ajudava a minha mãe, era costureira, e eu ajudava nos acabamentos” -30</p> <p>ID11: “Do [De] resto eu andei a servir 14 meses” – 50</p> <p>ID11: “Olhe, eu andei à semente de mato...”. “Tirava-se a sementinha... Vendia-se...” “ Andei a apanhar, apanhava <i>lanços</i> [?] para vender”. “ (...) ia ao monte, ao mato, para cozer pão”. “Ainda andei à caruma [agulha ou rama de pinheiro] ...”. “Ainda andei apanhar uns molinhos, para vender lá a um <i>milamoso</i> [?], que era padeiro. E ele comprava e a gente vendia-lhe. (...) Fazia camisolas para fora, fazia meias. Comecei a aprender depois de casar (...).E fazia a roupinha para os meus filhos” – 128,132,138,141,146, 150-153</p> <p>ID11: “Fabricava... tínhamos um bocadinho de terreno do senhorio que pertencia à casa. Eu é que o fabricava, e olhava pela vida de casa e ia assim...”. “Mas foi uma vida muito dura, muito dura, pronto”- 161-162, 164</p> <p>ID12: “Eu vim-me embora, mas eu fazia terras, tinha 4 cabeças de gado, da minha terra (...) ” - 48</p> <p>ID13: “Era no campo, era no campo e trabalhinho sempre”. “E às vezes, quando tinha férias (da escola) ia para o monte com o gado” – 12,15</p> <p>ID13: “Cuidava dos filhos e tinha de ir para o campo e para o monte, e fazer isto e fazer aquilo, o que calhava” – 95-96</p> <p>ID14: “ (...) Porque os meus irmãos, todos têm o exame de quarta. E eu não tive porque eles... para tomar conta deles”. “ Eu é que tomava conta, fazer de comer (...) ” - 33</p>
	- Namoro	<p>ID1: “ Ele anda na marinha, e daí começou a gostar de mim”- 14</p> <p>ID2: “Eu vivia com a minha prima, e ele morava lá ao pé da minha prima e depois, a minha prima estava a lavar roupa, assim de inverno (...). E ela estava a lavar roupa e, ele chegou ao pé dela, e vai assim: ‘ - Eh tia A. quem é essa menina tão linda?’ (risos). Ela vai assim: ‘ - é minha prima’ (...). E daí para cá, começámos a falar e depois ele pediu-me namoro (...) – 67,69,70,71-72</p> <p>ID2: “E aceitei. Nesse dia, já fomos ao cinema” – 74</p> <p>ID3: “ (...) o meu pai e o pai dele, que Deus tenha, do meu marido, são ainda primos” – 113-114</p> <p>ID3: “Ele trabalhava também na estufa da <i>restória</i> [?], e o bocadinho de tempo que ele estava lá, começou a modo assim de dar essas falas e eu aceitei, porque ele estava cá há pouco tempo (...) ” – 121-122</p> <p>ID4: “E fui para uma seca, a seca do Pascual, acho que ainda é vivo, e ele (marido) andava no navio lá da seca e a gente lá no tempo da seca arranjamos. Namorámos para aí uns 4, 5 anos (...) ”- 11, 12</p> <p>ID5: “ Ele era lá vizinho”. “ (...) e era colega do meu irmão (...)”- 55, 57</p> <p>ID6: “O meu marido? Era meu vizinho”- 31</p> <p>ID6: “Ele (marido) depois andou muito tempo atrás de mim. Faz de conta que foi o primeiro (...) ” -176</p> <p>ID7: “E depois havia um dia, um baile de uma rapaziada que foi para a inspeção da tropa. E eu fui à noite mais uma senhora e a mãe das pequenas, minhas companheiras da escola, da costura (...) E ele (marido) apareceu-nos. (...) e não saía dali... (...) Bem, a música começou a tocar ele (marido) chamou-me, e eu fui claro. Daí pegou, daí pegou, veio com a gente embora, me trazer a casa. Depois começou, ia-me buscar à costura à tarde (...) ” – 38-46</p> <p>ID8: “Comecei a namorar com o meu marido com 16 anos” – 41</p>

		<p>ID8: “Lá nos conhecemos porque eu também tinha o meu irmão que era músico com ele na banda José Estevão, era. De maneira que, começou a ir lá para nossa casa, digo eu” – 52-53</p> <p>ID8: “De maneira que, namorei com ele 6 anos” – 91</p> <p>ID8: “Nós, foi um namoro puro (...)” – 135</p> <p>ID8: “Ele era um irmão, ele não foi um namorado, (foi) como um irmão, ia para ali (para casa da Dona M.) com 16 anos, já andava lá pequenino” – 208-210</p> <p>ID9: “Eu conheci o meu marido num baile. Tinha 14 anos, a fazer 15”. – 62</p> <p>ID9: “Comecei a namorar (com) o meu marido. Ele pediu-me em namoro, e eu tinha 15 anos” – 68-69</p> <p>ID10: “Fui feliz, porque namorei 6 anos, graças ao Pai do Céu, que tenha louvado a esperança a Deus” – 29-30</p> <p>ID10: “O meu marido, a casa dele era de estabelecimento (...). Eu de pequenina a minha mãe, nem era a minha mãe, era uma tia, mandava-me ir buscar o [um] quarto de quilo de açúcar...”. “ (...) dizia-lhe uma graça, para ele não ir mexer naquilo, que nós comemos. E assim, ele ria-se, já de pequenino ele começou a agradecer-me. Aos 17 anos, pegamos namoro” – 36-38, 43-45</p> <p>ID11: “Em frente, em frente ao escritório (da fábrica) tinha lá um largo. Há noite, pelo S. João <i>foi</i> [fui] lá a essa festa e eu conheci-o lá (risos), conheci-o lá (marido). E ele (marido) então veio falar para mim, queria namorar para mim e eu disse que não queria um rapaz de lá de baixo, mas ele: - ‘Eu não sou daqui de baixo, eu sou de Parada’, que era daqui”. “Pronto e começamos a namorar, e foi assim” – 69-72,81</p> <p>ID12: “Olhe, o meu marido era namoro da minha irmã e o marido da minha irmã era meu namoro” – 79-80</p> <p>ID12: “E eu <i>tava</i> [estava] com um, tínhamos tencionado em casar para os santos, isto em agosto...”. “Mas ele aqui, acolá, aqui, acolá e por fim disse-lhe: - ‘O primeiro que chegar a minha casa domingo é o que tem sorte’. <i>Prontos</i> [Pronto], no domingo a seguir quem chegou primeiro foi o meu homem (marido), e eu fui falar para o meu homem” – 84, 100-102</p> <p>ID13: “Foi um domingo à tarde. Fui ao terço lá com umas senhoras e ele (marido) apareceu (...)”. “Porque ele já vinha lá às vezes (a casa), que ele andou com o meu irmão na tropa, e deram-se bem”. “ (...) ele vinha até lá (casa) e então começou, e é assim” - 46, 52-53,55</p> <p>ID14: “O meu marido, nós íamos com os meus falecidos pais, íamos sempre à Senhora da Assunção (...)”. “Então, a minha falecida mãe trabalhou em Negrelos, e a minha falecida sogra também trabalhava e eram colegas. Elas a, vem dizer, que nos amanharam o namoro”. “Fomos à Assunção, à Senhora da Assunção e <i>após</i> [depois] ao vir para casa, eu vinha com os meus pais e a minha falecida sogra vinha também e calhou vir tudo a pé. E calhou de se encontrar connosco e ele (marido) também vinha”. “E então a partir daí comecei a falar para ele (marido). Namorei com ele 5 anos” - 98-99, 102-104, 107-110, 113</p>
	- Casamento	<p><b>Casamento</b></p> <p>ID1: “Era boa, graças a Deus, nunca nos zangámos” - 74</p> <p>ID1: “Sim, éramos amigos, éramos” - 76</p> <p>ID1: “ Ele ia para o bacalhau (...). Ele perdia-se, às vezes, pelo mar (...) e eu, por cá fazia a minha vidinha conforme podia...” – 213-216</p> <p>ID2: “ O meu marido veio trabalhar para a Gafanha e eu vim com ele” – 22</p> <p>ID2: “ (...) Eu vivi com ele, antes de ele morrer, mais de 50 anos” – 26</p> <p>ID2: “ Eu não é por me gabar (...), mas o meu marido era (...), lindo e jeitoso” – 85-86</p> <p>ID2: “ (...) nós éramos muito amigos, ele era muito meu amigo” – 150-151</p> <p>ID2: “ (...) eu estava sozinha com os filhos em casa, só quando ele vinha (do mar), é que a gente falava” – 218</p> <p>ID3: “ ... mas eu <i>foi</i> [fui] muito triste, ele andava depois só (no) mar, muitas</p>

	<p>vezes ele andava lá 9 meses” – 123-124</p> <p>ID3: “Veio o meu sogro e veio... para a gente (se) casar em janeiro quando ele viesse” – 132</p> <p>ID3: “fizeram-me um vestido assim, não havia branco nessa altura, assim um vestidinho castanhinho claro, um vestido comprido, <i>foi me</i> [fui-me] <i>atão</i> [então] me casar”- 140-141</p> <p>ID3: “Vinha todos os anos, tinha anos que vinha mais cedo, tinham anos que vinha mais tarde (do mar)” - 163</p> <p>ID3: “Aquele bocadinho que ele estava em casa, ia para a terra <i>mais eu</i> [comigo] - 198</p> <p>ID3: “ Estava comigo no lar” – 278</p> <p>ID4: “E ele foi um santinho para mim, sempre, graças a Deus”- 22</p> <p>ID4: “ (...) ele era bom para tudo, era uma maravilha. Nunca me deu uma fala mais alta que à outra, nunca se embebedou, nunca, graças a Deus era bom” – 27,28</p> <p>ID4: “Ele ajudava-me em tudo graças a Deus, só não lavava roupa e passava a ferro, de resto fazia tudo” – 135-136</p> <p>ID5: “ (...) foi um companheiro excepcional que eu tive” – 5</p> <p>ID5: “ (...) nunca saía sozinho, levava-me sempre com ele” – 7</p> <p>ID5: “Depois casei muito nova também, com 18 anos” – 53</p> <p>ID5: “ele era mais velho do que eu e casamos, e daí a um mês foi ele para o mar também” – 57-58</p> <p>ID5: “Eram 6 meses lá e 6 meses cá, e depois lá andou 10 anos, depois ficou interno não quis ir mais, e trabalhava nas obras. Depois foi para a Alemanha por contrato, ao fim de 7 meses veio-me buscar também por contrato. Nunca mais nos separámos” – 64-66</p> <p>ID5: “ ... Lá consegui levar os filhos, e estivemos lá <i>atão</i> [então] 12 anos (na Alemanha) ”- 94</p> <p>ID5: “ Foi a melhor coisa que eu tive na minha vida, foi o meu marido (...) ”- 161</p> <p>ID5: “ (...) trabalhei sempre, ajudei-o sempre, sempre, por isso é que ele era meu amigo” – 415</p> <p>ID6: “Olhe, você acredita que eu casei com ele e tinha tanta saúde, e que <i>apóis</i> [depois] não tinha nenhuma” -173-174</p> <p>ID6: “Eu ao domingo a minha vida olhe, estávamos ali por casa e <i>apóis</i> [depois] tinha que arranjar o <i>carrego</i> [carga], tinha que arranjar o <i>carrego</i> [carga] ao domingo, era todos os dias” – 204-205</p> <p>ID6: “Olhe sentávamos lá fora ao pé da estrada ao domingo, mas quando chegava a hora tinha que me ir embora”. “ (...) ele ia passear para onde ele queria”. “Com as vizinhas. Naquele tempo era assim.” – 207-208,212,214</p> <p>ID6: “<i>Davam-nos</i> [dávamos] bem, era” -186</p> <p>ID7: “Casei-me de lá, casei de lá dessa casa, onde o meu marido trabalhava como marceneiro. Tive de lá o meu filho. Só depois de ter o meu filho é que tive que vir embora, porque não tinha ninguém que o criasse (...) ” – 26-28</p> <p>ID7: “Quando já éramos casados, ao princípio também era marmoto (trabalhava nas salinas) também, marmoto. De verão andava nas salinas”. “E de inverno ia para a Gafanha acarretar [carregar] os navios”. “Fiquei em casa, a tomar conta das minhas filhas. Não pagava contas de casa, tinha a minha casa”. – 103-104,106,119-120</p> <p>ID7: “Muito amigos minha filha, (mas) ‘não há casa governada sem ser ralhada’”-83</p> <p>ID7: “Comíamos ao meio-dia a primeira <i>graças</i> [graça] de Deus, ele lanchava, lanchava lá o lanchezinho, ia dar uma voltinha... Vinha, comíamos à noite e deitávamo-nos na paz do Senhor, não havia ali ninguém, ninguém nos ouvia. Ninguém nos ouvia, era uma santidade minha filha” – 168-171</p>
--	---

		<p>ID7: “Toda a vida fui mãe e pai dos meus filhos. Que ele ia trabalhar, eu é que era cuidadora deles” – 189-190</p> <p>ID7: “Ele fazia-me muitas coisas. Fazia-me a cama, lavava-me e varria-me o chão, punha-me a roupa a secar” – 219-220</p> <p>ID7: “E para onde ia um ia (o) outro. <i>Vimos</i> [Vínhamos] sempre, os dois de manhã pelo lado da minha amiga, vinha para casa fazer o meu almocinho para mim e para ele, era a vida” – 311-312</p> <p>ID8: “Depois, ele foi para a tropa, não é?... e assim... e quando vieram, casamos” – 91-92</p> <p>ID8: “Foi boa. Foi muito boa! Fui muito feliz! Eu posso dizer mesmo, eu durante dizia sempre e digo ainda hoje eu durante 7 anos fui a mulher mais feliz do mundo” – 120-121</p> <p>ID8: “Às vezes, tínhamos as nossas pieguices (zangas) ...”. “... Devido à música. A música, de resto não...” – 148,150</p> <p>ID8: “As festas acabavam vinha logo no carro para me buscar...”. “Dizia-lhe que não que não ia gastar... (...). E eu via que ele ficava chateado e que já tinha depois em casa ainda pior não é... senão (não) ia” – 151, 155-157</p> <p>ID8: “Costumávamos ir 4 dias para fora. Eu tinha os meus bilhetes pagos para ir com ele passear ao estrangeiro... À Espanha, que era quase sempre onde nós íamos... E ele, às vezes, tinha que dar os bilhetes...”. “Não ia comigo. E eu não queria ir e ele obrigava-me a ir.” – 172-174,176</p> <p>ID8: “Sempre trabalhei. Sempre o ajudei, sempre! Porque ele nem sabia de parte das coisas que eu fazia. Comprei o meu andar, comprei um jazigo na... um jazigo também que quase custou tanto que a minha casa”. “Comprei, que ele nunca soube que eu tinha dinheiro para comprar, para pagar, essas coisas... Nunca, nunca lhe tinha muita confiança”. – 194-196, 200-201</p> <p>ID8: “Quando ele foi para o ensino, que ele já não foi cedo para o ensino...”. “Sai, ele não consentiu mais que eu trabalhasse para lado nenhum”. – 232,236</p> <p>ID8: “Cuidava muito deles (netos), sempre cuidei. Mesmo doentinho (marido) eles iam comer a minha casa sempre (...)” – 476-477</p> <p>ID9: “Na minha casa nunca se pregou [pegou]” – 89</p> <p>ID9: “Quando fazíamos anos, o meu marido gostava de ver a casa cheia, e vinham os filhos, e vinham os netos e a avó (avó paterna) ... Era tudo cheio de flores, a minha casa era cheia de flores. Era uma alegria muito grande!” – 100-102</p> <p>ID9: “Eu governava a casa, governei sempre a casa. Olha trás isto ou trás aquilo, ou mais aquilo ou menos aquilo. Ele ia, levava o carrinho na mão (...) (até) ao supermercado. Ele trazia as coisas e gostava de ir” – 195-198</p> <p>ID9: “Eu estive 2 meses, em Coimbra para fazer esta operação (...)”. “E eu só vim 2 vezes a casa durante esse espaço de tempo, dois fim de semana a casa, e ele nunca me falhou um dia, vir a Coimbra”. – 222,225-226</p> <p>ID9: “Eu fiz um casamento muito mau, filha” – 233</p> <p>ID9: “E quando me casei fui para casa da minha sogra, e o meu marido continuou a dar dinheiro à mãe, e nunca me deu dinheiro a mim. (...) E a mãe nunca me deu um tostão” – 240-242</p> <p>ID9: “Pois, casei e deixei de trabalhar, quando me casei. E não sabia o que ia ser da minha vida. Ao fim de 2 meses eu ainda quis voltar atrás, mas tive vergonha das minhas colegas (...)” – 253-254</p> <p>ID9: “O meu marido não era um homem que fosse, não foi um marido que fosse só meu. O meu marido já estava habituado... Aí do tempo dele, aos sábados saíam e iam todos para a borga, iam para o Porto e apareciam às tantas da manhã”. “ (...) porque eu nunca o proibi de nada, fez uma vida, teve uma vida como ele quis, que ele fez.” – 305-307; 308-309</p>
--	--	--

		<p>ID10: “Aos 23 casei, graças ao Pai do Céu e do louvor” – 44-45</p> <p>ID10: “Depois casei, fiquei com a minha mãe” – 76</p> <p>ID10: “ (...) até que chegamos (a) tempo, de arranjarmos o nosso cantinho...”. “Compramos um bocadinho de terra, fizemos uma casa, mas depois a vida foi... a vida <i>foi um cheiro</i> [mudou] de outra maneira, e nós tivemos de devolver (a casa) ”. “E mudamo-nos, para a minha mãe” – 78, 80-82,84</p> <p>ID10: “A minha sogra era... tinha estabelecimento e eu também a podia ajudar”. “Ajudamos no que podemos” – 101,103</p> <p>ID10: “Fazíamos uma festa ou...”. “ (...) íamos dar um passeio. Íamos no verão, no verão. Íamos eram 3, 4 casais”. “A Espanha”. “E dormíamos por lá, e comíamos, e a gente levava lanche... e a gente arranjava-se. Gozávamos um bocadinho, nessa altura” – 110,112,115,129-130</p> <p>ID10: “A nossa vida de casal era uma vida vulgar (...). A minha mãe vivia, vivíamos em conjunto...”. “Só à noite é que eu fazia o [de] comer para nós os dois. Muitas das vezes, a minha mãe fazia-nos era... (era) como calhava minha senhora” – 134-135; 138-139</p> <p>ID10: “Foi um casamento por amor” – 141</p> <p>ID10: “Era uma coisa muito pura minha senhora” – 143</p> <p>ID10: “O meu marido não há discussão. Chegava e ia-me beijar...”. “Muito carinhoso!” – 154,157</p> <p>ID10: “Eu era. Ele estava na mesma casa de onde eu estava, porque a casa era aquilo que nós <i>estávamos</i> [estamos] (instituição)” – 212-213</p> <p>ID10: “Estava sempre ao lado dele! Comíamos... comíamos à mesa, lá andávamos, lá nos sentávamos, lá <i>conversamos</i> [conversávamos], lá comíamos... Era união...” – 240-241</p> <p>ID10: “Eu do meu marido minha senhora não tenho discussão possível, nenhuma minha senhora. Ele nunca quis que me faltasse nada. Graças a Deus, tive um marido muito exemplar e muito meu amigo” – 447-449</p> <p>ID11: “ Passado 8 meses casamos, namorei pouco tempo para ele. Começamos... casamos” – 81-82</p> <p>ID11: “Foi, foi por amor, mas passei por bocados muito maus” – 90</p> <p>ID11: “Casamos, e ficamos em Codessos (...). Chegava a casa tinha de ir buscar a água, fazer de comer... íamos para a cama lá para a meia-noite”. “Punha-nos a pé às 5 horas (manhã)” – 98-99,102</p> <p>ID11: “Andava para aí de 3 mesitos ou isso, grávida... Desmaiava... (...). Eu tinha 5 meses (de gravidez), quando ele (marido) me tirou da fábrica. Foi a pior asneira que ele fez” – 114-116</p> <p>ID11: “... Só o ganho dele, pagar renda, para comer e ele ganhava pouco, pronto”. “Depois comecei a ter os filhos pior... pior ainda. Eu fazia, fazia de tudo um pouco” – 120,123</p> <p>ID11: “Gostava de andar por lá e <i>apóis</i> [depois] gastava, não é? Porque ele ao andar por lá tinha de gastar algum, e ele era todo preciso... Tantas vezes a gente se zangava...” – 174-175</p> <p>ID11: “Mas tinha bocados também bons. Também passei muito tempo com ele, muitos anos...” – 177-178</p> <p>ID11: “ (...) já não era só o trabalho da fábrica. Já... Depois arranhou uma agência (marido) (...) - 187</p> <p>ID11: “Ele (marido) pagava o almoço e o lanche, e o meu genro <i>levávamo-nos</i> [levava-nos]. Nós íamos, pronto... para longe... íamos passear para longe...” – 190-192</p> <p>ID11: “Eu gostava muito dele, que ele era uma figurinha, ele era... não é por ser meu marido, mas era uma figura que eu gostava” – 198-199</p> <p>ID12: “ (...) o meu pai, o meu marido ainda era vivo, e eu tinha o meu pai e a</p>
--	--	---



	- Ambiente familiar	<p>minha mãe que moravam mesmo pertinho de mim” – 19-20</p> <p>ID12: “Para me divertir era assim, era aos domingos, <i>pegava</i> [pegávamos] no carro, eu e o meu marido, (e íamos) até casa de uma irmã, ou íamos até a um centro qualquer (...) Dávamos sempre um passeinho, nós os dois. Outras vezes a casa dos meus sogros, os meus sogros eram muito meus amigos” – 69-72</p> <p>ID12: “Ia até casa dos meus irmãos, nós dávamo-nos sempre todos muito bem”. “Íamos uns aos outros, íamos, íamos e partilhávamos assim a vida” – 74-75,77</p> <p>ID12: “A minha vida de casal, (foi) uma vida muito difícil. Foi uma vida de muita cruz, muito pesada, muito forte, muito chorona, muito negra, muito...” – 115-116</p> <p>ID12: “O meu homem não estava habituado a andar em empregos. Olhe, casei... ele tinha que ir para um emprego, que eu não tinha outro modo de vida, a não poder ser assim. (...) era daqui e acolá e eu estava na terra a lavar, que ainda não era minha, era dos meus pais, que estava a fazer para ajudar um bocadinho. Só que eu estava mais tempo em casa do que a trabalhar” – 121-126</p> <p>ID12: “Ele não tinha emprego certo”. “E <i>após</i> [depois] tornou [impercetível], todos bebem, <i>tem</i> [tinha] de fazer alguma coisa...”. “O dinheiro não chegava para tudo, (...) ‘Que dinheiro eu posso gastar, se tu ao fim do mês não me trazes dinheiro nenhum?!’. Estava-me a gerir só ao dinheirito do leitito de vaca” - 130,138, 140-142</p> <p>ID12: “Eu <i>foi</i> [fui], mas ele (marido) nunca me dirigiu grande amor. Eu fui, casei por amor, mas nunca fui muito acarinhada <i>com</i> [por] ele. Nunca. Ele fez-me chorar lágrimas de sangue”. “Eu gostava de ter (uma) vida conversada, tudo o que eu conversasse com ele era sempre ‘não’ (...)” – 164-165,167-168</p> <p>ID12: “ (...) eu o amor que tinha por ele era o meu único companheiro, que me satisfazia, que sentia-me feliz com ele ao meu lado. Mas ele para mim, não era um marido que gostava...” – 193-194</p> <p>ID13: “Por acaso foi, sempre me dei bem com ele, e ele era meu amigo” – 57</p> <p>ID13: “Havia... Que os pais dele também eram muito meus amigos. Eu estive 2 anos a viver aqui em Lamoso com eles, com eles não, na casa deles (na casa dos sogros)” – 65-66</p> <p>ID13: “ (...) depois quando ele (pai) faltou já íamos”. “Uma coisa que eu ia muito... Ele (marido) gostava era de ir à Senhora da Assunção”. “Senhora da Penha. Ele para ele a Senhora da Penha (...)”. “Chegamos muitas vezes a ir com os filhos” – 120, 122,128, 131</p> <p>ID14: “O casamento foi, o casamento naquele tempo...”. “Claro, e respeito”. – 119,121</p> <p>ID14: “A nossa vida de casado, ele trabalhava e eu estava em casa” - 134</p> <p>ID14: “E eu ficava em casa, a cuidar, sim. E fazia-lhe o almoço e vinha-lho trazer ao trabalho” – 142</p> <p>ID14: “ (...) até no campo eu gostava bem de terreno, como semear batatas fazer com o meu falecido marido, tadinho! Também gostava que eu fosse para a beira dele, muitas vezes para não estar sozinho...”. “ (...) conversávamos, estávamos ali e assim se passava o tempo” – 271-273, 275</p>
--	---------------------	---

		<p><b>Ambiente familiar</b></p> <p>ID5: “Ela (filha) tem lá casa, mas depois ela levou um rumo diferente, não trabalhava, perdeu a cabeça e depois queria vender para sair daqui, e levou a gente para uma advogada para nos obrigar, queria nos obrigar a dar... que a gente tinha combinado, se tudo corresse bem, o terreno da nossa casa era para o irmão, que o irmão já tinha casa lá em Mangualde, e o outro terreno era para ela que já tinha lá a casa dela. Mas foi culpa metade e ela levou a gente para a guarda, para nos obrigar a dar tanto <i>uma como outra</i> [a um como a outro] ”- 113-119</p> <p>ID5: “Era quanto a gente tinha, eram aqueles 2 terrenos, porque quando ela fez a casa podia-se se fazer só com uma autorização e depois a gente lá foi, lá pôs em nome dela, mas como uma doação... Depois ela queria vender, ainda chegou a receber dinheiro do sinal, não sei se chegou a pagar se não. (...) E era tudo para vender, para estoirar, estoirava tudo” – 123-125,126-127,130</p> <p>ID5: “E então prometeu ao irmão lhe dar a parte dele do terreno, lá ao pé dela, e o irmão virou-se para ela também. Vinha <i>visitar</i> [visitá-la], ela mora nesta rua, após o mesmo direito que nós, na outra de baixo, vinha visitar a irmã e não vinha ter com a gente” – 139-141</p> <p>ID12: “Os filhos era sempre a mim que me pediam (...) ” – 202</p>
	- Circunstâncias da perda	<p><b>Circunstâncias da perda</b></p> <p>ID5: “Eu era sozinha, (mas) já ia uma rapariga daqui (instituição), ainda não estava o lar feito”. “ (...) ajudar a dar banho e pronto (...)”- 222,224</p> <p>ID5: “ (...) assim que o lar abriu vim logo no primeiro dia. Eu já não aguentava (...) ”- 262</p> <p>ID5: “Ainda durou aqui 1 ano (...) e estava adaptada já com ele aqui” – 271-272</p> <p>ID6: “Era a minha filha mais nova, não tinha casa” (ficava com os pais e ajudava) -223</p> <p>ID7: “Ele ia fazer análises muitas vezes, que ele pedia à médica para as passar. E, um dia chegou-me a casa vai assim, atirou a carta para cima da mesa e vai assim: - ‘Já estou queimado` (...)”. “E no outro dia fomos, e a médica disse: - ‘Oh Senhor M. isto está aqui uma coisa, os seus valores dos diabetes subiram disparados e não sei como isto está, onde isto vai”. – 125-127,129-131</p> <p>ID7: “Pronto minha querida, daí para a frente ele foi à primeira consulta, à segunda e à terceira, mas não quiseram operar (...) ” – 138-139</p> <p>ID7: Tivemos ordem para (o) ir buscar, não operaram e a minha filha (...) e ela não se quis ir embora sem perguntar ao médico como é que levava o pai. E o médico respondeu: - ‘Minha senhora da maneira que o seu pai está não nos <i>habituamos</i> [atrevemos] a tocar-lhe, porque o seu pai tem o fígado, e o pâncreas, e tudo está contaminado”. – 143-147</p> <p>ID7: “Mas foi aquilo em 3 meses minha filha, aquilo foi uma fogueira, ardeu como um fardo de palha” -153-154</p> <p>ID8: “Eu... 6 anos, 6 anos (a cuidar do marido) ” – 226</p> <p>ID8: “Ia a um médico muito amigo, era aqui da Beira Mar (...) ”. “E ele não aceitou, ele (médico) disse mesmo na frente dele, ele ficou aterrorizado primeiro, andava-se a tratar em Coimbra, mas, depois deu-lhe o [um] AVC, aí é</p>

	<p>que ele ficou...” – 243,245-246</p> <p>ID8: “ (...) ele vinha do tratamento no carrinho, vinham os bombeiros trazê-lo (...) ”. “Assim, a mesinha pequenina já posta para quando ele viesse da fisioterapia (...) ”. “Qualquer coisa que eu dissesse, ele pegava... atirava-me!” – 251, 254-255, 257</p> <p>ID9: “Lá de vez em quando tinha de ir ao hospital apanhar um pouco de oxigénio. E, naquele dia, deve-se ter sentido mal (...) ” – 124-124</p> <p>ID9: “O meu marido foi coisa de 1 mês e pouco, nem chegou” -156</p> <p>ID9: “Foi para o hospital... Naquele dia, já tinha ido mais vezes... (...) E quando veio: - “Olha vou com o nosso filho ao hospital apanhar um bocadinho de oxigénio e já venho” (marido) ... Não veio... O meu filho veio-me dizer: - “Olha mãe ele apanhou um médico novo e o médico novo disse que ele esteve lá em tal dia e tal dia, quer dizer em espaços pequenos tinha lá entrado umas 3 vezes, não é? Ou num mês que <i>fossem</i> [fosse] 2 vezes ou 3, e ele (médico) entendeu que podia fazer um tratamento que era melhor. Não foi. Apanhou um vírus (...) ” – 158-164</p> <p>ID9: “O meu marido foi então (hospital) (...). E acho que disse ao filho: - ‘Nunca mais vais-me ver a mim e à mãe` (choro). E ele agarrou-se, telefonou e disse: - ‘Mãe prepara-te já, já, já, que eu vou-te aí buscar` (...). Primeiro pedi se podia entrar, que estava naquilo dos homens, como não sabia se podia entrar, nem fui. (...) Disse que me ia buscar. Foi-lhe dizer depois (filho): - ‘Fui buscar a mãe. A mãe está aqui`. Preparou-o, não é? As últimas palavras que eu ouvi do meu marido <i>foi</i> [foram] (choro) ... Ele disse: - ‘Casa, casa, casa que isto é um inferno!’” – 172-174; 176-181</p> <p>ID10: “Ele começou há pouco a fazer esses tratamentos e quanto pouco ia ele <i>fazia</i> [fazer] os tratamentos que lá o médico receitava. Mas depois, mais tarde, começou a ir aos tratamentos fora...” – 163-165</p> <p>ID10: “De maneira que, depois foi andando, até que foi para o Porto. Foi para o Porto <i>teve</i> [esteve] lá um tempo... Melhorou, mas as melhoras não eram para sarar, a gente já sabia, que ele era o tempo que pudesse... Até que foi piorando... foi piorando... Até que foi mesmo” – 166-168</p> <p>ID11: “Olhe, ele em 3 meses apanhou-se... foi assim de repente...” – 210</p> <p>ID11: “Então ele quando ficou doente, ele levava-me (a casa da mãe) e passados muitos anos ele caía. Caímos (os dois) uma vez”. “Caía e eu não sabia porquê, nem ele sabia” – 249-250,252</p> <p>ID11: “Depois começou a, mas isto já há anos, que ele depois achou-se mais mal, queria andar não podia, foi para a Radelfe (clínica privada) e eles disseram lá que acusava que era, há anos que lhe davam aqueles AVC’s ...” – 274-276</p> <p>ID11: “Nós fomos ao posto médico, tinha uma consulta marcada para mim e para ele, e ele já não podia andar. Já andava... Foi agarrado a um barão que tinha de (ir) devagarinho, foi agarrado. Depois a enfermeira queria-me, queria pesá-lo, ele já não subia para a balança. Ela ajudou-o para ele... para o pesar, pronto, mas ele ainda dizia assim umas asneiritas, que ele às vezes dizia assim umas asneiras na brincadeira e tudo” – 291-295</p> <p>ID11: “O que segue é que ele assim começou... Perdeu o andar, andava numa cadeirinha de rodas, mas isto já foi em agosto” – 306-307</p> <p>ID11: “Esteve pouco tempo, ele acamado esteve para aí... Nós em agosto, em agosto ainda fomos à Póvoa, mas ele já ia na cadeirinha de rodas, que ele disse que queria ir lá...” – 324-325</p> <p>ID11: “Desde aí começou a piorar, a piorar. Olhe, e foi em agosto, perdeu, <i>teve</i> [esteve] uma semana que já não falava, já não... nem se mexia, mas com as mãos puxava. Ele estava com uma sonda, já nem comia nem nada...” – 536-358</p> <p>ID11: “Esteve aqui (instituição de Figueiró) 1 semana, parece-me que foi 1</p>
--	--

	<p>semana e 2 dias só. Esteve aqui e vim eu e veio ele (...)” – 374-375</p> <p>ID11: “ (...) depois aqui achou-se mal e daqui elas <i>levaram-o</i> [levaram-no] para o hospital, para Penafiel”. “ Depois veio ter aqui, fomos embora. Na semana a seguir ele já, porque já, na, na última semana ele já não comia, já não falava, esteve uma semana assim” – 378-379; 380-382</p> <p>ID12: “Passados 3 anos, 3 anos mais ou menos, aparece a doença do meu homem (após a perda dos pais)” – 66-67</p> <p>ID12: “Depois da minha mãe. Começou-se assim a amolecer, eu assim a vê-lo a fugir (...)”. “Foi ao médico, viu os exames e foi logo de acelero. Ele durou, ele no dia que morreu, ele morreu no dia 6, no dia 6 às 5 horas (tarde) (e) ainda comeu um bom prato de letria” – 181, 183-185</p> <p>ID13: “ Desde que ele fez a operação ao coração...”. Era preciso dar-lhe banho todos os dias por causa de <i>infetar</i> [desinfetar] o que ele tinha”. (...) “Depois ficou, não se notava na... nada. Quando ele adoeceu mesmo a sério, conhecia-se aquela (pele) seca” – 138, 144-145, 148-149</p> <p>ID13: “Acompanharam-no sempre (filhos), quando ele lhe dava aquelas crises... ultimamente dava-lhe muitas crises” – 173-174</p> <p>ID13: “Que ele (marido) depois tinha Alzheimer”. “ (...) então eles (filhos) é que iam” - 178, 180</p> <p>ID13: “Eu só fui para aí 2 meses ou 3”. “Comecei a não (conseguir), que eu tinha que subir umas escadas para cima, elas (auxiliares do apoio ao domicílio) iam lá levar o almoço e já me iam lá fazer a higiene (...)” – 221, 223-224</p> <p>ID14: “Depois aos 75, aos 65 deram-lhe a reforma. E a doença apareceu antes de ele morrer 2 anos (...) sim 2 anos antes (...)” – 169-170</p> <p>ID14: “ Foi no esófago”. “Eu cuidava dele enquanto podia. Depois de ele acamar é que não esteve muito tempo”. “Teve [esteve] para aí 1 mês, nem 1 mês” – 179, 185, 187</p> <p>ID14: “Desde que isto abriu nós estivemos aqui (centro de dia). E ele <i>apóis</i> [depois] adoeceu e eu não podia vir (...)” - 203</p> <p>ID14: “ (...) para poder cuidar melhor dele, enquanto pude tomar eu sozinha, meti-lhe a comidinha muita vezinha, os meus filhos nem sempre estavam lá... mas se eu precisasse era só... (...)” – 209-211</p> <p>ID14: “Ele foi para o hospital, <i>teve</i> [esteve] em Penafiel... <i>teve</i> [esteve] no IPO...”. “Ia para lá todos os dias, ia de manhã, iam-me lá levar de manhã, eu esperava lá todo o dia até à noite, e depois ia lá sempre um filho todos os dias vê-lo. Um cada dia e <i>atão</i> [então] <i>apóis</i> [depois], eles iam e traziam-me” - 347, 349-351</p>
Origens	<p>ID2: “ Eu não sou daqui da Gafanha”. “ Sou da Figueira da Foz” – 18,20</p> <p>ID5: “Eu nasci em 41 era a guerra, havia muita fome” – 18</p>

<b>Diversão</b>	- Atividades de lazer	<p>ID1: “<i>Haviam</i> [Havia] uns <i>ogros</i> [toscos] a tocar lá na eira... Tinha uma loja. Eu ia a correr e ia para lá também dançar” – 37,38</p> <p>ID1: “ Olhe, a dançar o tango até ganhámos o prémio. Eu e o outro” – 45-46</p> <p>ID2: “Nesse dia, já fomos ao cinema” – 74</p> <p>ID2: “ E depois fazia aqueles piquetes, e eu ia com ele aos bailes” – 79</p> <p>ID7: “E depois havia um dia, um baile de uma rapaziada que foi para a inspeção da tropa. E eu fui à noite mais uma senhora e a mãe das pequenas, minhas companheiras da escola, da costura (...)” -38-40</p> <p>ID8: “Nesta altura dava-se os bailes dos bombeiros nos Recreios, nos Galitos, na Beira Mar, esses bailes todos...”. “... E nós íamos, que eles também queriam que nós fôssemos. Os meus irmãos tinham música e tinha o meu irmão que era também bombeiro, e nós íamos porque eles estavam lá”. – 110-111, 113-114</p> <p>ID8: “ (...) íamos ao cinema quando tínhamos, quando eles pagavam o bilhete, quando pagavam o filme” – 116-117</p> <p>ID9: “Sim, era o que nós tínhamos (bailes). Primeiro, até aos 12 aninhos era o cinema, que tínhamos entrada gratuita” – 64-65</p> <p>ID10: “De vez em quando, íamos a um baile” – 98</p> <p>ID11: “Para me divertir olhe, a gente, mas isto já é no tempo de eu namorar...”. “Dançávamos muito...” -36,38</p> <p>ID11: “Tinha ali um largo, tínhamos os carvalhos, a gente chamava-lhe a “duquesa”. Nós íamos namorar ali, íamos dançar, namorar, juntávamo-nos as amigas todas ali da beira...” – 47-49</p> <p>ID13: “A única coisa que ia era à feira”. “Ia à Feira do Cô, chamávamo-nos nós” – 34,36</p>
<b>Meio</b>	Dificuldades socioeconómicas	<p>ID1: “ Que a gente íamos a pé. Antes era a pé, sempre” – 16</p> <p>ID3: “ A gente até ia naquele tempo a pé” – 43</p> <p>ID5: “ E a gente atravessava o rio num bote e íamos descalços pela cheada no inverno, para lá trabalhar (...)” – 37</p> <p>ID5: “Estávamos numa divisãozinha, onde a cama era metida na parede, à noite levávamos a cama que queríamos e arredávamos a mesa. De dia metíamos a cama na parede e encostávamos a mesa. Uma cozinha muito pequenina só cabia assim...” – 72-74</p> <p>ID6: “A gente ia com aquilo carregado na cabeça”. “E pela lama, pela lama, ai!” - 199,201</p> <p>ID7: “Naquele tempo não havia amas, nem havia infantários, saí de lá para tratar do meu filho” – 28-29</p> <p>ID11: “Íamos ambos os 2 para baixo a pé, e púnhamo-nos a pé às 5 horas (manhã), <i>por modo de</i> [de modo a] estar lá às 8 (manhã), é... Eu ia agarrada a ele a dormir...” – 108-109</p> <p>ID11: “Naquele tempo ganhava-se pouco” – 120-121</p> <p>ID11: “ (...) antes a gente para arranjar lenha era difícil, agora não falta (...)” - 142</p>

## ANEXO 8: TABELA VIVÊNCIAS APÓS A PERDA

O que mudou na sua vida?	Linhas	IF (informação adicional)	Classificação
ID1: “Ainda há 3 anos lá fui, no centro de dia, na Vagueira”. ID1: “ (...) à coisa de, perto de 1 ano, que estou aqui (Centro Comunitário da Gafanha do Carmo) ... A dormir (...) ”. ID7: “Vim para aqui (centro de dia) (...) ”. ID8: “Agora vim aqui para o centro (...) ”. ID9: “ Não, a minha vida mudou nesta coisa, que eu estou aqui (instituição), hoje, e estaria na minha casa se eu tivesse pernas”.	48 155 259 386 359-360	Passou a frequentar um centro de dia  Em casa não tinha ninguém	e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral)
ID7: “ Dentro de mim mudou muito”. ID13: “Depois eu comecei com a cabeça, que eu estava com uma depressão”.	199 301-302		nd-sm (saúde mental não definível)
ID2: “ Mudou eu estar sem ele”. ID1: “ (...) assim que ele morreu, vim-me embora para casa (Portugal) ”. ID3: “ (...) eu não sou a mesma que era”. ID5: “Mudou tudo, mudou que fiquei sozinha”. ID7: “Fazia-me (marido) a cama, lavava-me e varria-me o chão, punha-me a roupa a secar. (...). E eu senti muito essas faltas (...) ”. ID8: “ (...) não saía (de casa), não queria sair à rua”. “Não tinha alegria”. ID9: “ (...) fiquei sozinha (...) ”. ID10: “ (...) mudei tudo... A minha maneira de viver. (...) Eu sempre fui uma pessoa muito alegre, muito entusiasmada com tudo, mas a gente já não <i>mole</i> [vale] a pena dizer que eu visto isto que me fica bem...”.	105 126 329 243 219-220 379,416 376 278-280	Se fizerem algum barulho fico logo a tremer.  Durante 12 anos não quis sair de casa. 4 meses sozinha após o cônjuge falecer.	nd-qv (qualidade de vida não definível)
ID3: “Mudou cada vez para pior, foi quando eu fiquei assim rouca”.	289		b310 (funções da voz)
ID4: “Aí tive que fazer tudo (quando o marido faleceu) ”. “O trabalho que ele fazia, fazia-o eu”.	143,145		d640 (realizar as tarefas domésticas)

<p>ID5: “ Não sou tão alegre”.</p> <p>ID10: “A minha saúde foi-se abaixo”.</p> <p>ID12: “Aquele amor que eu sentia em mim e a presença (do marido). Estar à noite a jantar, estou a jantar sozinha (...) vou para qualquer lado e ia comigo (...) estou em casa estou sozinha...”.</p> <p>ID12: “ (...) não tenho com quem desabafar”.</p> <p>ID14: “ (...) foi muito abaixo (saúde). Eu ainda estou forte, mas era muito mais forte”.</p>	<p>418</p> <p>290</p> <p>223-225</p>  <p>269</p>  <p>353</p>	<p>Componente emocional,</p> <p>apesar de ter problemas de saúde.</p> <p>Nunca mais foi para lado nenhum.</p>  <p>Componente emocional</p>	<p>b152 (funções emocionais)</p>
<p>ID8: “ Vendi a minha casa (...) ”</p>	<p>496</p>	<p>Passados 12 anos da perda do cônjuge.</p>	<p>d8700 (recursos económicos pessoais)</p>

Como fez (ou faz) a superação da dor? (sentimentos de dor experienciados)	Linhas	IF (informação adicional)	Código
ID1: "Chorava sempre também mas, então, eu dizia: - 'Oh meu Deus, eu não quero chorar, eles (marido e filho) nem estão bem onde estão'".	81-82		b152 (funções emocionais)
ID1: " (...) fiquei sempre triste (...) ". "Mas o coração está sempre triste".	90,91		
ID2: " Quando olho para a fotografia, sinto saudades dele".	234		
ID6: "Fiquei muito triste, uma coisa, porque a gente...".	217		
ID3: " Se fizerem um barulho, alguma coisa que faça assim "pumba", fico logo a tremer (...) ".	328		
ID4: "Dor, e quando a gente vai ao cemitério, e saber que ele está ali debaixo de terra. Ai, custa um bocadinho (...) ".	3-4		
ID5: "Na altura, sentia muito e chorava muito sozinha (...) ".	365		
ID7: "Conseguia minha filha (viver o seu dia-a-dia), conseguia. Tristemente, mas conseguia".	250		
ID7: "Apesar de, de vez em quando ter as minhas tristezas, há dias".	339		
ID7: "Tenho muitas saudades desse tempo (do que faziam juntos) ".	173		
ID8: " (...) sinto muita tristeza... Sinto muito a falta dele... Muito! Muito!".	5		
ID8: " (...) Fiquei isolada. Nunca saía". " Não tinha alegria".	381,416		
ID8: " Eu estou a rir-me e muitas vezes digo a elas (auxiliares, Doutoradas) ... 'Está sempre alegre quando as pessoas estão...' , - 'Pois estou mas elas viram costas (...) e as lágrimas caem-me pela cara abaixo', quantas vezes (...) ".	450-453		
ID8: "Eu não arranjei nada. Chorava sempre muito".	474		
ID9: "Chorava sozinha, por vezes chorava sozinha (...) ".	383		
ID9: "Sinto uma grande saudade".	3		
ID13: " (...) eu sozinha é para estar aí pelos cantos a chorar, claro que não é que eu às vezes eu chore, não é?".	320-321		
ID13: " Às vezes é um bocado de cada coisa, às vezes é cada "ai" que até, no outro dia eram para aí 11h da noite, (...) começou-me a dar uma coisa, eu assim 'se não berro, arreberto', estava lá com as precianas fechadas, as portas fechadas, fui lá à beira delas e depois fiquei aliviada".	341-344		
ID14: "E eu vim-me [fui-me] confessar e ele (padre) começou assim a perguntar, que ele conhecia-o bem e sabia bem o estado dele (do marido). E ele disse: - 'Você...' e eu comecei a chorar (...) ".	299-301		



<p>ID14: “Aquelela negrura que a gente às vezes trás”.</p> <p>ID11: “Se eu estivesse em casa, eu se calhar até, até não sei (se) aguentaria sabe? Ali a olhar para o sítio onde ele (marido) ...”.</p> <p>ID12: “Quando há festejos, quando tenho os filhos em casa, quando estou em casa dos filhos, sinto a falta dele (marido), porque ele não <i>estava</i> [está] lá”.</p> <p>ID12: “A minha filha punha-se de um lado e o meu genro também, mas mesmo assim conhecia que não era o verdadeiro, conheci sempre a falta dele (marido), vou para (a) cama sinto a falta dele”.</p> <p>ID12: “A dor ficou aqui no meu coração, ninguém me a tira”.</p> <p>ID14: “Em luto? Sinto! Sinto e sentarei!”.</p> <p>ID14: “Ai, mas isto custa muito! (perda do cônjuge) ”.</p> <p>ID14: “Custou-me muito! Ai, eu entrar ali, a primeira passada, a terra saía-me debaixo dos pés. Porque eu estava habituada a entrar era com ele...”.</p>	<p>473</p> <p>425-427</p> <p>7-8</p> <p>319-321</p> <p>308</p> <p>4</p> <p>173</p> <p>290-292</p>		
<p>ID2: “Eu nunca me esqueço dele (marido) ”.</p> <p>ID4: “ (...) a falta fica sempre cá dentro”.</p> <p>ID5: “Isso nunca se apaga, nunca se apaga (dor, tristeza) ”.</p> <p>ID5: “Não termina nunca (a dor da perda), mas já é mais leve”.</p> <p>ID6: “A gente lembra-se sempre”.</p> <p>ID7: “ (...) é uma dor que não passa mais, é uma ferida que não tem mais cura. Para quem tem realmente amor aos maridos é uma dor!”.</p> <p>ID7: “Com a perda dele, senti muita falta minha filha, muito (...) ”.</p> <p>ID7: “ (...) quer dizer não passa, esta ferida não passa”. “ ... Vai ajudando a cicatrizar (com o tempo) ”.</p> <p>ID8: “ (Com) a perda dele perdi tudo, perdi tudo!”.</p> <p>ID8: “Às vezes parece que sou eu que não quero (distrair-se) ”.</p> <p>ID9: “Sim dói, ainda dói!... Há muito pouco tempo, ainda dói!”.</p> <p>ID10: “Há alturas de tudo... que a gente se ri e conversa muitas das vezes só, sem saber o que fala para a gente se rir”.</p> <p>ID10: “Foi-se abaixo (saúde) com a perda dele (...) Oh nem vale a pena a gente falar disso. Só quem passa por elas é que sabe”.</p> <p>ID10: “Mas as roupas que eram dele já estão todas arrecadadas, para pouco ou nada as ver”.</p> <p>ID12: “ (...) (a gente) faz para esquecer, só que a gente não consegue esquecer que vem sempre à memória, vem</p>	<p>15</p> <p>77</p> <p>3</p> <p>369</p> <p>342</p> <p>5-6</p> <p>197</p> <p>201,205</p> <p>298</p> <p>480</p> <p>5</p> <p>285-286</p> <p>292-293</p> <p>437-438</p> <p>323-324,326</p>		<p>nd-sm (saúde mental não definível)</p>

sempre". " (...) não me deito sem pegar na fotografia dele e dar-lhe um beijo".			
ID2: "Perdi a vontade de tudo". ID7: " (...) a única pena que me dá é não o ter (marido)". ID13: "Sabe que é uma história que estava, ainda que estivesse doente era uma pessoa que estava ali sempre e agora acabou". " (...) eu tenho a fotografia sempre à minha beira ( do marido)".	200 302  272-273,275		nd-qv (qualidade de vida não definível)

Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?	Linhas	IF (informação adicional)	Classificação
<p>ID1: “Olhe, viro-me a rezar”. “ (...) rezo 2 terços por dia, todos os dias”.</p> <p>ID3: “Tenho uma coisinha aqui que o padre (me) deu, para rezar todos os dias (...) rezo-a toda (...)”.</p> <p>ID4: “ (...) foi a coragem que Deus me deu e que eu pedi a Deus (...)”.</p> <p>ID5: “ (...) andei mais de 1 ano a ir todos os dias ao cemitério, parece que era uma obrigação que eu tinha, enquanto eu não fosse faltava-me aquilo”.</p> <p>ID5: “E eu apanhei medo (...) passei só a ir uma vez por semana (ao cemitério) (...)”. “Agora, já só vou mais uma vez por semana enfeitar e meter uma velinha”.</p> <p>ID6: “Eu peço força, peço à Nossa Senhora, ‘Nossa Senhora pede a Deus por mim, estou sempre à tua espera, das vossas ajudas e pelo positivo, que me ajudes, que me dês muita coragem, muita força, muita fé` (...)”.</p> <p>ID7: “Todos os dias rezo o terço de manhã, antes de vir para aqui (instituição)”.</p>	<p>94,195</p> <p>335-336</p> <p>43</p> <p>283-284</p> <p>296-297,300</p> <p>256-258</p> <p>226</p>		<p>d930 (religião e espiritualidade)</p>

ID8: "Tenho muita fé. Deus é meu pai. É com Ele que desabafo (...) Deus só, só, por isso eu estou sempre fiada naquilo que quero, que vou fazer. (...) Ele é que me dá sempre tudo (...)".	463-465		
ID10: "A minha vida é pegar num terço e rezar". "É uma conversa com quem eu estou... com ele (marido) a falar... (...)".	303,318		
ID10: "Todos os dias rezo um terço... (...)".	433	Ainda costuma rezar, ajuda-a a aliviar.	
ID11: "Rezava muito (...). Passava noites a rezar (...)".	494	Deixou de ir devido a uma gripe.	
ID11: "Ia ao cemitério todos os dias (...)".	509		
ID11: " (...) gostava muito de ir à missa, de ir ao terço ao domingo (...)".	520		
ID12: "Chego lá (cemitério), rezo um bocadito à beira dele, passo-lhe a mão, dou (uma) regadelinha assim à florzinha, boto um bocadinho de água, e já venho embora melhor".	328-329		
ID14: "Rezo, muitas vezinhas. Quando me lembro dele, rezo.	266		
ID14: "Eu até ia muitas vezes eu sozinha (rezar), depois pegaram a saber (outros utentes) que eu pedia licença à Doutora para me deixar ir lá cima, soube, souberam que eu ia e pediram também (...) e olhe, das 11h ao 12h, (...)".	363-365	Recita o terço para os outros utentes da instituição.	
ID1: " (...) Olhe, <b>fiquei sempre a cantar e a dançar...</b> ".	69		d920 (recreação e lazer)
ID2: "Já fui à <b>televisão</b> , aqui há tempo".	170		
ID7: "Fazemos atividades (...) ". "Ou andamos (colegas da instituição) lá em baixo a ajudar uma menina (...) <b>a pintar umas florezinhas</b> (...) ". "Pelo Natal fiz coisas muito lindas (...) ".	282,283-284,286		
ID8: " <b>Só participo</b> (atividades da instituição). Eu aqui, quando foi pelo carnaval...".	437		
ID9: " (...) <b>vingava-me a trabalhar</b> . Desde que tivesse uma agulha... uma agulha, para fazer croché".	378-379		
ID1: " (...) <b>fomos (utentes da instituição) ao carnaval</b> (...) ".	113		d9205 (socialização)
ID2: "Olhe, <b>comecei a falar com uma, falo com umas, e falo com outras</b> (colegas da instituição) (...) ".	139-140		d7503 (relacionamentos informais com colegas de habitação)

ID6: "Aqui (na instituição), olhe, estou a ouvir os outros, <b>se me apetecer falar, falo</b> (...)".	397		
ID2: " <b>Quando me chega as saudades tenho lá fotografias</b> (...)".	224		d240 (lidar com o stresse e outras exigências psicológicas)
ID2: " (...) <b>eu quis vir para o lar</b> ". "Eu já não me sentia em condições de estar em casa sozinha (...)". ID12: " (...) eu pensava 'não, não posso viver assim, aqui sozinha nesta casa' (...) ". " <b>Cheguei aqui (instituição)</b> (...) ". "Para mim, estou aqui feliz". ID13: "Logo depois da missa de sétimo de dia". " <b>Vim para aqui</b> (instituição)".	93,95 364-365,367,377 312,314	Passado 1 ano do cônjuge falecer.  Após um tempo do filho, nora e netos terem-se ido embora de casa. Tomou a decisão, pois não queria ficar sozinha em casa.	e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral)
ID2: "Olhe, às vezes quando me apetece <b>faço um bocadinho de renda</b> (...) ". " (...) ainda há pouco tempo mandei uma <i>mostra</i> [amostra] de renda à minha nora". ID4: " (...) vou lá em baixo (pisso de baixo da instituição) buscar a roupa e <b>pego na renda</b> de manhã e só acabo à noite (...) ". ID5: " (...) <b>elas (auxiliares) dão babetes para fazer, toalhas para cortar</b> (...) e outras trazem de casa calças (...) ".	194,196-197 107-108 313-314	Tem máquina de costura	d9203 (artesanato)
ID3: " (...) <b>às vezes caminho um bocadinho</b> até à outra coisa (outra sala).	348-349		d4600 (deslocar-se dentro de casa)
ID3: "Ainda faço alguma coisinha aqui (instituição) (...), <b>às vezes vai-se chamar a funcionária</b> ". ID6: "Tinha os netinhos, sabe tinha os netinhos". "Os meninos iam à escola e eu fui <b>levá-los até poder</b> ". " (...) <b>levava-os para a terra</b> ". ID8: " (...) nunca fiquei sozinha devido aos meninos (...) ". " (...) <b>tratava dos netinhos</b> ." ID13: "Ides embora (filhas), eu vou fechar as portas (de casa) e também vou, <b>vou ver lá uma senhora que lhe deu (um) AVC</b> ".	356-357 349,366,371 320,370 404-405	Visita a uma grande amiga	d660 (ajudar os outros)
ID4: "Ai, andava sempre a trabalhar, tinha terra, <b>fazia terra</b> , tinha vacas no curral (...) ". ID5: " (...) <b>agora sou eu que faço o jardim</b> , mas agora está...". ID11: "Ao sábado, às vezes, <b>ainda vou um bocadito para o quintal</b> e	50 387 579-580	Não tem cuidado do jardim, uma vez que está doente Filha não deixa, pois tem problemas nos ossos.	d6505 (cuidar das plantas de interior e exterior)

assim, mas é pouco”. ID12: “Nunca me isolo muito dentro de casa. Saio, fecho as portas...”. “ (...) <b>vou para o quintal</b> ”.	339,341		
ID4: “Ai, andava sempre a trabalhar, tinha terra, fazia terra, <b>tinha vacas no curral</b> (...)”.	50		d6506 (cuidar dos animais)
ID4: “ (...) <b>vou lá em baixo (pisso de baixo da instituição) buscar a roupa</b> e pego na renda de manhã e só acabo à noite (...)”.	107-108		d430 (levantar e transportar objetos)
ID5: “ (...) outras vezes <b>também gosto muito de ler</b> (...)”. ID8: “E também <b>faço versos</b> ”. “Faço os versos para o S. João, para o S. Pedro e para o S. António”.	319 630,689	Auxiliares emprestam-lhe livros	d9202 (arte e cultura)
ID6: “Se ela (filha com problemas) aqui vier <b>eu falo com ela e ela fala comigo</b> ”. ID14: “ (...) <b>vou até casa da minha filha ou até casa do meu filho</b> ”.	398 328	Os filhos moram perto de si. Forma de se sentir melhor quando está mais em baixo.	d7600 (relacionamentos entre pais e filhos)
ID7: “ <b>Arrumava a vida da minha casa</b> (...)”. ID8: “ (...) <b>ocupada na vida de casa</b> , naquilo que eu precisava”.	239 512		d640 (realizar as tarefas domésticas)
ID8: “ <b>Eu meto (músicas do marido a tocar)</b> [impercetível] mas depois era as bandas, as músicas...”. ID8: “ (...) levantava-me, <b>acendia logo a televisão</b> (...)”. ID12: “ <b>Era com a televisão</b> , mas a gente depois cansa da televisão (...)”.	524 536 468	Era a sua companhia. Era a sua companhia, uma vez que não tinha com quem falar.	d9204 (passatempos “Hobbies”)
ID9: “Todos os dias, eu para pensar pela minha cabeça, <b>eu jogo dominó</b> ”. ID12: “No fim de descansar (instituição) tanto <b>jogo dominó, como cartas</b> (...)”. ID14: “ Ainda agora estava a jogar, <b>estava a jogar cartas</b> ”. ID14: “ Eu desta vez não joguei, mas <b>para a semana já vou jogar outra vez</b> (jogo da bôcia) ”.	478 351-352 373 467		d9200 (jogos)
ID12: “ (...) como fazemos... <b>fazemos ginástica, fazemos caminhadas</b> ”.	352		d9201 (desportos)

ID13: "E ao domingo vou à missa (...), quando são 9h30 (manhã) <b>ou venho aqui, para Lamoso ou vou para Lousada, passo lá o dia</b> ".	332-333	Passa o domingo em casa das filhas.	d760 (relacionamentos familiares)
ID14: " (...) mas <b>também há lá uma vizinha que também se dá muito bem comigo</b> , também é a que fala mais para mim".	418-419	A vizinha mora à beira da filha.	d7501 (relacionamentos informais com vizinhos)

Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?	Linhas	IF (informação adicional)	Classificação
<p>ID1: “ (...) <b>elas (auxiliares do centro de dia da Vagueira) queriam</b>. Para não andar tão triste, sempre”.</p> <p>ID5: “ (...) <b>elas (auxiliares) arranjam sempre trabalho aqui para eu (me) distrair</b>”.</p> <p>ID5: “ (...) a Doutora R. (Diretora técnica da instituição), as que trabalham lá à frente, a enfermeira, todos eles”. “ (...) <b>foram todos ter comigo ao hospital (...)</b>”.</p> <p>ID9: “ (...) <b>eles (trabalhadores da instituição) chamam-me</b> para dar uma palavrinha (...) ”. “Ou para ir jogar também, ou isto ou cartas (...) ”.</p> <p>ID14: “ (...) <b>elas (auxiliares) ajudam muito as pessoas</b>, ajudam a gente a levantar...”.</p>	<p>71</p> <p>312</p> <p>336-337,339</p> <p>571,573-574</p> <p>380-381</p>		e340 (Prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais)
<p>ID1: “ (...) os meus filhos não me quiseram em casa sozinha, e <b>arranjaram-me uma cunhada da minha filha, para eu lá ir dormir, de noite</b>”.</p> <p>ID1: “Os meus filhos são muito bons para mim (...) ”. “<b>Telefonam-me todos os 8 [7] dias (...)</b>”.</p> <p>ID2: “ (...) quando o meu marido morreu, <b>estive 6 meses na casa do meu filho mais velho (...)</b>”.</p> <p>ID2: “ (...) de vez em quando ainda vou a casa deles (filhos), <b>eles vêm-me buscar</b> (à instituição) ”. “ (...) eles são muito meus amigos”.</p> <p>ID2: “<b>As minhas netas vêm aqui</b> (instituição), a minha R., e vem aqui a S. também, e traz o menino para eu ver”.</p> <p>ID2: “<b>Os meus filhos, até me compraram uma televisão</b>, para ter ali no quarto”.</p> <p>ID3: “ (...) a minha filha teve [esteve] cá 15 dias mais a minha neta, (...) <b>vinham ter comigo (instituição) e levavam-me no carrito até a casa e depois vinha-me me levar [trazer] (...)</b>”.</p> <p>ID4: “ (...) veio cá uma (filha) na segunda-feira da Inglaterra, é a que está cá, <b>ela disse que me vinha buscar (à instituição), para ir lanchar mais eu [comigo]</b> ”. “E são muito minhas amigas graças a Deus, todos, netos e tudo, é tudo meu amigo”.</p> <p>ID6: “ (...) <b>o filho da minha filha veio</b></p>	<p>130-131</p> <p>206,226</p> <p>111-112</p> <p>130,134</p> <p>145-146</p> <p>165</p> <p>312-314</p> <p>69-70,72</p> <p>355</p>	<p>Esteve 1 ano ou mais com a cunhada da filha.</p> <p>Depois quis ir para a sua casa.</p> <p>Filhos moram longe.</p>	e310 (família próxima)

<p>agora na terça-feira cá, mais a mulher e os 2 meninos (...)”.</p> <p>ID6: “A outra (filha) só cá pode vir de 8 em 8 dias (...)”.</p> <p>ID7: “Os meninos (netos) vêm para minha casa todo o dia (...)”.</p> <p>ID8: “Ainda hoje, ainda hoje vem à sua avó. Ainda hoje aqui veio (neto) ...”.</p> <p>ID8: “E a minha filha (filha mais velha) e o meu genro vinham sempre (a sua casa)”.</p> <p>ID8: “Ainda hoje o meu genro vem aqui (instituição) buscar-me”.</p> <p>ID8: “Ainda fui para casa da minha filha, a mais velha, que estive doente (...)”.</p> <p>ID8: “ (...) no dia de carnaval fui comer com eles (filha, genro, netos) fora (...)”.</p> <p>ID9: “Fiquei com a minha neta (...). A mais nova levou-me para casa (dela) (...)”.</p> <p>ID9: “Depois o meu filho foi-me buscar, vim [fui] para casa do meu filho (...)”. “ (...) ele trouxe-me para minha casa (...)”.</p> <p>ID9: “ (...) tive tanto (apoio) que eles (filhos) não quiseram que eu ficasse em casa tanto tempo (...)”.</p> <p>ID10: “Ele não me falta com nada, felizmente, o meu filho”.</p> <p>ID10: “ (...) quem trata da campá é a minha nora, que todas as semanas aquela campá é lavada, e tal, com flores todas, o que ela pode arranjar (...)”.</p> <p>ID11: “Ela (filha) é que trata de tudo, que eu não faço nada”.</p> <p>ID11: “ (...) eles (filhos) são muito meus amigos!”. “Vão lá muitas vezes (à sua casa) ...”.</p> <p>ID12: “ (...) os meus filhos, eu tenho 2 noras e um genro, uma nora e um genro (que) ainda são melhores que os filhos”.</p> <p>ID12: “ (...) tenho procurado ser sempre amiga dos (meus) filhos (...) eles também fazem tudo pela mãe”.</p> <p>ID12: “Tiveram [Estiveram] a morar comigo 16 anos”. “Ela (nora) era tão minha amiga (...)”.</p> <p>ID12: “... Tenho (apoio) das minhas irmãs”. “... Somos 3 (irmãs), estamos sempre a ligar umas para as outras”.</p> <p>ID13: “Das filhas”. “ (...) ainda no domingo estava lá em casa com 2 filhas, que elas foram lá entregar um vinho (...)”.</p> <p>ID14: “ (...) eles (filhos) não me querem em casa sozinha, agora não faço nada, não faço nada”.</p>	<p>429-430</p> <p>326-327</p> <p>333</p> <p>381-382</p> <p>382</p> <p>389</p> <p>547</p> <p>341</p> <p>346-347,350</p> <p>503</p> <p>355-356</p> <p>356-357</p> <p>482</p> <p>565,567</p> <p>232-233</p> <p>305-306</p> <p>243,346</p> <p>414,422</p> <p>365,399</p> <p>222-223</p>	<p>Ao sábado almoçam com a Dona A.</p> <p>lam sempre a sua casa para ela sair, mas nunca saía de casa.</p> <p>Três dias em casa da neta.</p> <p>Três dias em casa do filho, por opção própria foi para casa.</p> <p>Uma das filhas trata das questões financeiras, etc.</p> <p>Ao fim de 16 anos mudaram de casa.</p>	
--	---	---	--



<p>ID14: “Um (irmão) até é meu afilhado, volta e meia me está a ligar (...). Marés (tem dias) vou eu a casa dele, marés (tem dias) vem ele a minha casa”.</p> <p>ID14: “Durmo lá em casa dela (filha). De segunda a domingo, de domingo a sexta”. “De sexta para sábado, sábado para domingo vai lá um casal (...)”.</p> <p>ID14: “Os meus filhos... tive uma teve [estive numa] filha, os meus filhos tiveram [estiveram] em casa uns dias e depois desses dias foram trabalhar, mas fizeram uma reunião...”.</p>	<p>62-65</p> <p>239, 243</p> <p>281-282</p>	<p>Após o falecimento do cônjuge esteve numa filha. Reunião para verem onde mãe ficava, pois não queriam que ficasse sozinha.</p>	
<p>ID1: “Ela (cunhada da filha) lavava-me a roupa, e o comer trazia-o do lar” (cunhada da filha).</p> <p>ID5: “ (...) a filha dela (da irmã) veio-me aqui visitar há dias (...)”.</p> <p>ID5: “Do lado dele (marido) era tudo amigo, ainda são”.</p> <p>ID5: “Essa (cunhada) tem-me telefonado (...)”.</p> <p>ID12: “As minhas sobrinhas, filhas dessa minha irmã (irmã que mora em Vilela) também são muito minhas amigas”.</p>	<p>133</p> <p>170</p> <p>205</p> <p>213</p> <p>432-433</p>	<p>É raro o dia que não telefona.</p>	e315 (família alargada)
<p>ID1: “ (...) e depois as minhas vizinhas já vieram aqui (instituição) ter comigo (...)”.</p> <p>ID3: “Aquele senhora (colega da instituição), também conversa comigo”.</p> <p>ID5: “As vizinhas. E aqui no lar tenho uma família tão grande (...)”. “Ainda agora estive no hospital, eu tinha as 9 visitas e cheguei a ter até 11 (...)”.</p>	<p>142</p> <p>353</p> <p>177,179</p>		e325 (conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade)
<p>ID3: “ A Doutora receitou (comprimido para a cabeça) para me fazer melhor (...)”.</p> <p>ID5: “ (...) elas (médica, enfermeira) deram-me remédio (...)”.</p> <p>ID13: “Uma depressão, ele (médico) deu-me aqueles comprimidos (...)”.</p> <p>“Eu sentia-me mesmo...”.</p>	<p>267</p> <p>367</p> <p>304,308</p>	<p>Não dormia nada com dores de cabeça. Para esquecer mais a perda.</p>	e355 (profissionais de saúde)
<p>ID3: “Tenho uma ajudazinha (financeira), é poucachinho mas tenho”.</p> <p>ID9: “Eu até sou reformada por invalidez”.</p> <p>ID11: “Tenho a minha reforma e a dele (marido)”.</p>	<p>366</p> <p>520</p> <p>557</p>	<p>Em casada já era reformada por invalidez.</p>	e5700 (serviços relacionados com a segurança social)

ID12: "Apoios é a minha reforma que eu tenho e a meia do meu marido". ID13: " É a reforma (...) ". ID14: "Recebo metade da reforma, da reforma dele (marido) ".	408 361 391		
ID5: "As vizinhas. E <b>aqui no lar</b> tenho uma família tão grande (...) ". "Ainda agora estive no hospital, eu tinha as 9 visitas e cheguei a ter até 11 (...) ".	177,179		e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral)
ID5: " (...) <b>procurava às vezes os da junta</b> (...) e ia mais ou menos nessas alturas que eles andavam por lá (cemitério) ". ID7: "É uma pequena que me <b>vai lá dormir</b> (a casa da Dona A.) (...) ". ID7: " (...) 10 euros para o <b>comer que ela me traz</b> ". ID9: "A <b>senhora só ia limpar à sexta-feira</b> ".	297-298  315 317-318 353	Agora tem medo de ficar sozinha, por isso é que decidi ter uma companhia em sua casa a dormir.	e345 (estranhos)
ID14: "Mas foi mesmo até a Doutora (da instituição) que foi lá (a casa). Disse ela: - 'Dona I., eu acho que já está na hora de você ir para a nossa beira'. <b>Foi ela que me foi buscar e deu-me, também muito apoio</b> ".	287-288		e360 (outros profissionais)
ID13: "É com aquelas senhoras que estão na banda, naquela banda [naquele lado] da...". " (...) as que têm menos dificuldades <i>está</i> [estão] ali para o outro lado e <b>a gente conversa ali</b> , e uma diz aquilo...".	375,377-378		d7504 (relacionamentos informais com pares)

O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?	Linhas	Classificação
ID1: "Olhe, gosto mais de <b>rezar</b> ". ID10: " <b>Gosto muito de rezar, para ele</b> (marido)". ID11: "Eu o que mais gosto de fazer (...) é de <b>rezar</b> (...).	193 431 578-579	d930 (religião e espiritualidade)
ID4: "É <b>comer e fazer renda</b> (...)"	105	d550 (comer) d9203 (artesanato): "fazer renda"
ID5: "Gosto muito de <b>ler</b> ". ID10: "... Vêm aí senhoras, e até às vezes senhores de lá (grupo religioso) (...) rezamos um terço à Nossa Senhora daqui (...) lindos para cantar que é um sonho!". " <b>Gosto! Também canto!</b> (...)" "Sinto-me muito bem".	430 402-404,412,428	D9202 (arte e cultura)
ID8: " <b>Gosto de fazer tudo</b> ". ID7: "Oh filhinha, <b>eu gosto de fazer tudo</b> ".	599 300	nd-qv (qualidade de vida não definível)
ID9: "E <b>gosto de ajudar o irmão que está ao lado</b> , que precisa disto ou daquilo, gosto".	556	d660 (ajudar os outros)
ID11: "Eu o que mais gosto de fazer é <i>tar</i> [estar], <b>aqui (instituição) a trabalhar</b> (...)"	578	d920 (recreação e lazer)
ID12: " <b>É estar aqui</b> (instituição) e <b>ir para o quintal</b> ".	442	e5750 (serviços relacionados com o apoio social em geral): "É estar aqui (instituição)". d6505 (cuidar das plantas de interior e exterior): "ir para o quintal".
ID14: " (...) <b>a minha alegria é quando os vejo juntos comigo</b> , é ajudar a fazer um almoço bom (...)" "Para eles (filhos) almoçarem comigo".	430,433	d760 (relacionamentos familiares)

## ANEXO 9: CHECKLIST GERAL DA CIF

## ICF CHECKLIST

## Version 2.1a, Clinician Form

## for International Classification of Functioning, Disability and Health

This is a checklist of major categories of the International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) of the World Health Organization. The ICF Checklist is a practical tool to elicit and record information on the functioning and disability of an individual. This information can be summarized for case records (for example, in clinical practice or social work). The checklist should be used along with the ICF or ICF Pocket version.

H 1. When completing this checklist, use all information available. Please check those used:

[1] written records [2] primary respondent [3] other informants [4] direct observation

If medical and diagnostic information is not available it is suggested to complete appendix 1: Brief Health Information (p 9-10) which can be completed by the respondent.

H 2. Date \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ H 3. Case ID \_\_\_\_ CE or CS Case No. 1<sup>st</sup> or 2<sup>nd</sup> Evalu H 4. Participant No. \_\_\_\_ FTC Site Participant

## A. DEMOGRAPHIC INFORMATION

A.1 NAME (optional) First \_\_\_\_\_ FAMILY \_\_\_\_\_

A.2 SEX (1) [ ] Female (2) [ ] Male

A.3 DATE OF BIRTH \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ (date/month/year)

A.4 ADDRESS (optional)

A.5 YEARS OF FORMAL EDUCATION \_\_\_\_

A.6 CURRENT MARITAL STATUS: (Check only one that is most applicable)

(1) Never married [ ] (4) Divorced [ ]  
(2) Currently Married [ ] (5) Widowed [ ]  
(3) Separated [ ] (6) Cohabiting [ ]

A.7 CURRENT OCCUPATION (Select the single best option)

(1) Paid employment [ ] (6) Retired [ ]  
(2) Self-employed [ ] (7) Unemployed (health reason) [ ]  
(3) Non-paid work, such as volunteer/charity [ ] (8) Unemployed (other reason) [ ]  
(4) Student [ ] (9) Other [ ]  
(5) Keeping house/House-maker [ ] (please specify) \_\_\_\_\_

A.8 MEDICAL DIAGNOSIS of existing Main Health Conditions, if possible give ICD Codes.

1. No Medical Condition exists  
2. \_\_\_\_\_ ICD code: \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_.  
3. \_\_\_\_\_ ICD code: \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_.  
4. \_\_\_\_\_ ICD code: \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_.  
5. A Health Condition (disease, disorder, injury) exists, however its nature or diagnosis is not known

**PART 1a: IMPAIRMENTS of BODY FUNCTIONS**

- Body functions are the physiological functions of body systems (including psychological functions).
- Impairments are problems in body function as a significant deviation or loss.

**First Qualifier: Extent of impairments**

0 *No impairment* means the person has no problem

1 *Mild impairment* means a problem that is present less than 25% of the time, with an intensity a person can tolerate and which happens rarely over the last 30 days.

2 *Moderate impairment* means a problem that is present less than 50% of the time, with an intensity, which is interfering in the persons day to day life and which happens occasionally over the last 30 days.

3 *Severe impairment* means a problem that is present more than 50% of the time, with an intensity, which is partially disrupting the persons day to day life and which happens frequently over the last 30 days.

4 *Complete impairment* means a problem that is present more than 95% of the time, with an intensity, which is totally disrupting the persons day to day life and which happens every day over the last 30 days.

8 *Not specified* means there is insufficient information to specify the severity of the impairment.

9 *Not applicable* means it is inappropriate to apply a particular code (e.g. b650 Menstruation functions for woman in pre-menarche or post-menopause age).

<b>Short List of Body Functions</b>	<b>Qualifier</b>
<b>b1. MENTAL FUNCTIONS</b>	
b110 Consciousness	
b114 Orientation (time, place, person)	
b117 Intellectual (incl. Retardation, dementia)	
b130 Energy and drive functions	
b134 Sleep	
b140 Attention	
b144 Memory	
b152 Emotional functions	
b156 Perceptual functions	
b164 Higher level cognitive functions	
b167 Language	
<b>b2. SENSORY FUNCTIONS AND PAIN</b>	
b210 Seeing	
b230 Hearing	
b235 Vestibular (incl. Balance functions)	
b280 Pain	
<b>b3. VOICE AND SPEECH FUNCTIONS</b>	
b310 Voice	
<b>b4. FUNCTIONS OF THE CARDIOVASCULAR, HAEMATOLOGICAL, IMMUNOLOGICAL AND RESPIRATORY SYSTEMS</b>	
b410 Heart	
b420 Blood pressure	
b430 Haematological (blood)	
b435 Immunological (allergies, hypersensitivity)	
b440 Respiration (breathing)	
<b>b5. FUNCTIONS OF THE DIGESTIVE, METABOLIC AND ENDOCRINE SYSTEMS</b>	
b515 Digestive	
b525 Defecation	
b530 Weight maintenance	
b555 Endocrine glands (hormonal changes)	
<b>b6. GENITOURINARY AND REPRODUCTIVE FUNCTIONS</b>	
b620 Urination functions	

b640 Sexual functions	
<b>b7. NEUROMUSCULOSKELETAL AND MOVEMENT RELATED FUNCTIONS</b>	
b710 Mobility of joint	
b730 Muscle power	
b735 Muscle tone	
b765 Involuntary movements	
<b>b8. FUNCTIONS OF THE SKIN AND RELATED STRUCTURES</b>	
<b>ANY OTHER BODY FUNCTIONS</b>	

### Part 1 b: IMPAIRMENTS of BODY STRUCTURES

- Body structures are anatomical parts of the body such as organs, limbs and their components.
- Impairments are problems in structure as a significant deviation or loss.

First Qualifier: <i>Extent of impairment</i>	Second Qualifier: <i>Nature of the change</i>
0 <i>No impairment</i> means the person has no problem	0 No change in structure
1 <i>Mild impairment</i> means a problem that is present less than 25% of the time, with an intensity a person can tolerate and which happens rarely over the last 30 days.	1 Total absence
2 <i>Moderate impairment</i> means that a problem that is present less than 50% of the time, with an intensity, which is interfering in the persons day to day life and which happens occasionally over the last 30 days.	2 Partial absence
3 <i>Severe impairment</i> means that a problem that is present more than 50% of the time, with an intensity, which is partially disrupting the persons day to day life and which happens frequently over the last 30 days.	3 Additional part
4 <i>Complete impairment</i> means that a problem that is present more than 95% of the time, with an intensity, which is totally disrupting the persons day to day life and which happens every day over the last 30 days.	4 Aberrant dimensions
8 <i>Not specified</i> means there is insufficient information to specify the severity of the impairment.	5 Discontinuity
9 <i>Not applicable</i> means it is inappropriate to apply a particular code (e.g. b650 Menstruation functions for woman in pre-menarche or post-menopause age).	6 Deviating position
	7 Qualitative changes in structure, including accumulation of fluid
	8 Not specified
	9 Not applicable

<i>Short List of Body Structures</i>	First Qualifier: <i>Extent of impairment</i>	Second Qualifier: <i>Nature of the change</i>
<b>s1. STRUCTURE OF THE NERVOUS SYSTEM</b>		
s110 Brain		
s120 Spinal cord and peripheral nerves		
<b>s2. THE EYE, EAR AND RELATED STRUCTURES</b>		
<b>s3. STRUCTURES INVOLVED IN VOICE AND SPEECH</b>		
<b>s4. STRUCTURE OF THE CARDIOVASCULAR, IMMUNOLOGICAL AND RESPIRATORY SYSTEMS</b>		
s410 Cardiovascular system		
s430 Respiratory system		
<b>s5. STRUCTURES RELATED TO THE DIGESTIVE, METABOLISM AND ENDOCRINE SYSTEMS</b>		

<b>s6. STRUCTURE RELATED TO GENITOURINARY AND REPRODUCTIVE SYSTEM</b>		
s610 Urinary system		
s630 Reproductive system		
<b>s7. STRUCTURE RELATED TO MOVEMENT</b>		
s710 Head and neck region		
s720 Shoulder region		
s730 Upper extremity (arm, hand)		
s740 Pelvis		
s750 Lower extremity (leg, foot)		
s760 Trunk		
<b>s8. SKIN AND RELATED STRUCTURES</b>		
<b>ANY OTHER BODY STRUCTURES</b>		

## PART 2: ACTIVITY LIMITATIONS & PARTICIPATION RESTRICTION

- Activity is the execution of a task or action by an individual. Participation is involvement in a life situation.*
- Activity limitations are difficulties an individual may have in executing activities. Participation restrictions are problems an individual may have in involvement in life situations.*

*The Performance qualifier indicates the extent of Participation restriction by describing the persons actual performance of a task or action in his or her current environment. Because the current environment brings in the societal context, performance can also be understood as "involvement in a life situation" or "the lived experience" of people in the actual context in which they live. This context includes the environmental factors – all aspects of the physical, social and attitudinal world that can be coded using the Environmental. The Performance qualifier measures the difficulty the respondent experiences in doing things, assuming that they want to do them.*

*The Capacity qualifier indicates the extent of Activity limitation by describing the person ability to execute a task or an action. The Capacity qualifier focuses on limitations that are inherent or intrinsic features of the person themselves. These limitations should be direct manifestations of the respondent's health state, without the assistance. By assistance we mean the help of another person, or assistance provided by an adapted or specially designed tool or vehicle, or any form of environmental modification to a room, home, workplace etc.. The level of capacity should be judged relative to that normally expected of the person, or the person's capacity before they acquired their health condition.*

**Note:** Use [Appendix 2](#) if needed to elicit information on the [Activities](#) and [Participation](#) of the individual

<b>First Qualifier: Performance</b> Extent of Participation Restriction	<b>Second Qualifier: Capacity (without assistance)</b> Extent of Activity limitation
<p><i>0 No difficulty</i> means the person has no problem</p> <p><i>1 Mild difficulty</i> means a problem that is present less than 25% of the time, with an intensity a person can tolerate and which happens rarely over the last 30 days.</p> <p><i>2 Moderate difficulty</i> means that a problem that is present less than 50% of the time, with an intensity, which is interfering in the persons day to day life and which happens occasionally over the last 30 days.</p> <p><i>3 Severe difficulty</i> means that a problem that is present more than 50% of the time, with an intensity, which is partially disrupting the persons day to day life and which happens frequently over the last 30 days.</p> <p><i>4 Complete difficulty</i> means that a problem that is present more than 95% of the time, with an intensity, which is totally disrupting the persons day to day life and which happens every day over the last 30 days.</p> <p><i>8 Not specified</i> means there is insufficient information to specify the severity of the difficulty.</p> <p><i>9 Not applicable</i> means it is inappropriate to apply a particular code (e.g. b650 Menstruation functions for woman in pre-menarche or post-menopause age).</p>	

<i>Short List of A&amp;P domains</i>	<i>Performance Qualifier</i>	<i>Capacity Qualifier</i>
<b>d1. LEARNING AND APPLYING KNOWLEDGE</b>		
d110 Watching		
d115 Listening		
d140 Learning to read		
d145 Learning to write		
d150 Learning to calculate ( <i>arithmetic</i> )		
d175 Solving problems		
<b>d2. GENERAL TASKS AND DEMANDS</b>		
d210 Undertaking a single task		
d220 Undertaking multiple tasks		
<b>d3. COMMUNICATION</b>		
d310 Communicating with -- receiving -- spoken messages		
d315 Communicating with -- receiving -- non-verbal messages		
d330 Speaking		
d335 Producing non-verbal messages		
d350 Conversation		
<b>d4. MOBILITY</b>		
d430 Lifting and carrying objects		
d440 Fine hand use ( <i>picking up, grasping</i> )		
d450 Walking		
d465 Moving around using equipment ( <i>wheelchair, skates, etc.</i> )		
d470 Using transportation ( <i>car, bus, train, plane, etc.</i> )		
d475 Driving ( <i>riding bicycle and motorbike, driving car, etc.</i> )		
<b>d5. SELF CARE</b>		
d510 Washing oneself ( <i>bathing, drying, washing hands, etc.</i> )		
d520 Caring for body parts ( <i>brushing teeth, shaving, grooming, etc.</i> )		
d530 Toileting		
d540 Dressing		
d550 Eating		
d560 Drinking		
d570 Looking after one's health		
<b>d6. DOMESTIC LIFE</b>		
d620 Acquisition of goods and services ( <i>shopping, etc.</i> )		
d630 Preparation of meals ( <i>cooking etc.</i> )		
d640 Doing housework ( <i>cleaning house, washing dishes laundry, ironing, etc.</i> )		
d660 Assisting others		
<b>d7. INTERPERSONAL INTERACTIONS AND RELATIONSHIPS</b>		
d710 Basic interpersonal interactions		
d720 Complex interpersonal interactions		
d730 Relating with strangers		
d740 Formal relationships		
d750 Informal social relationships		
d760 Family relationships		
d770 Intimate relationships		
<b>d8. MAJOR LIFE AREAS</b>		



d810 Informal education		
d820 School education		
d830 Higher education		
d850 Remunerative employment		
d860 Basic economic transactions		
d870 Economic self-sufficiency		
<b>d9. COMMUNITY, SOCIAL AND CIVIC LIFE</b>		
d910 Community Life		
d920 Recreation and leisure		
d930 Religion and spirituality		
d940 Human rights		
d950 Political life and citizenship		
<b>ANY OTHER ACTIVITY AND PARTICIPATION</b>		

### PART 3: ENVIRONMENTAL FACTORS

- *Environmental factors make up the physical, social and attitudinal environment in which people live and conduct their lives.*

*Qualifier in environment:  
Barriers or facilitator*

0 No barriers  
1 Mild barriers  
2 Moderate barriers  
3 Severe barriers  
4 Complete barriers

0 No facilitator  
+1 Mild facilitator  
+2 Moderate facilitator  
+3 Substantial facilitator  
+4 Complete facilitator

<i>Short List of Environment</i>	<i>Qualifier barrier or facilitator</i>
<b>e1. PRODUCTS AND TECHNOLOGY</b>	
e110 For personal consumption (food, medicines)	
e115 For personal use in daily living	
e120 For personal indoor and outdoor mobility and transportation	
e125 Products for communication	
e150 Design, construction and building products and technology of buildings for public use	
e155 Design, construction and building products and technology of buildings for private use	
<b>e2. NATURAL ENVIRONMENT AND HUMAN MADE CHANGES TO ENVIRONMENT</b>	
e225 Climate	
e240 Light	
e250 Sound	
<b>e3. SUPPORT AND RELATIONSHIPS</b>	
e310 Immediate family	
e320 Friends	
e325 Acquaintances, peers, colleagues, neighbours and community members	
e330 People in position of authority	
e340 Personal care providers and personal assistants	
e355 Health professionals	
e360 Health related professionals	
<b>e4. ATTITUDES</b>	
e410 Individual attitudes of immediate family members	
e420 Individual attitudes of friends	
e440 Individual attitudes of personal care providers and personal assistants	
e450 Individual attitudes of health professionals	
e455 Individual attitudes of health related professionals	
e460 Societal attitudes	
e465 Social norms, practices and ideologies	
<b>E5. SERVICES, SYSTEMS AND POLICIES</b>	
e525 Housing services, systems and policies	
e535 Communication services, systems and policies	
e540 Transportation services, systems and policies	
e550 Legal services, systems and policies	
e570 Social security, services, systems and policies	
e575 General social support services, systems and policies	
e580 Health services, systems and policies	
e585 Education and training services, systems and policies	
e590 Labour and employment services, systems and policies	
<b>ANY OTHER ENVIRONMENTAL FACTORS</b>	

#### **Part 4: OTHER CONTEXTUAL INFORMATION**

**4.1** Give a thumbnail sketch of the individual and any other relevant information.

**4.2** Include any *Personal Factors* as they impact on functioning (e.g. lifestyle, habits, social background, education, life events, race/ethnicity, sexual orientation and assets of the individual).

*Appendix 1:*

**BRIEF HEALTH INFORMATION**

☐ Self Report                      ☐ Clinician Administered

X.1 Height: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ cm (or inches)

X.2 Weight: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ kg (or pounds)

X.3 Dominant Hand (prior to health condition): Left ☐                      Right ☐                      Both hands equally ☐

X.4 How do you rate your physical health in the past month?

Very good ☐                      Good ☐                      Moderate ☐                      Bad ☐                      Very bad ☐

X.5 How do you rate your mental and emotional health in the past month?

Very good ☐                      Good ☐                      Moderate ☐                      Bad ☐                      Very bad ☐

X.6 Do you currently have any disease(s) or disorder(s)?

☐ NO                                      ☐ YES

*If YES, please specify:* \_\_\_\_\_

X.7 Did you ever have any significant injuries that had an impact on your level of functioning?

☐ NO                                      ☐ YES

*If YES, please specify* \_\_\_\_\_

X.8 Have you been hospitalized in the last year?

☐ NO                                      ☐ YES

*If YES, please specify reason(s) and for how long?*

1. \_\_\_\_\_; \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. days
2. \_\_\_\_\_; \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. days
3. \_\_\_\_\_; \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_. days

X.9 Are you taking any medication ( either prescribed or over the counter)?

☐ NO                                      ☐ YES

*If YES, please specify major medications*

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

X.10 Do you smoke?

☐ NO

☐ YES

X.11 Do you consume alcohol or drugs?

☐ NO

☐ YES

*If YES, please specify average daily quantity*

Tobacco: \_\_\_\_\_

Alcohol: \_\_\_\_\_

Drugs: \_\_\_\_\_

X.12 Do you use any assistive device such as glasses, hearing aid, wheelchair, etc.?

☐ NO

☐ YES

*If YES, please specify*

\_\_\_\_\_

X.13 Do you have any person assisting you with your self care, shopping or other daily activities?

☐ NO

☐ YES

*If YES, please specify person and assistance they provide*

\_\_\_\_\_

X.14 Are you receiving any kind of treatment for your health?

☐ NO

☐ YES

*If YES, please specify:*

\_\_\_\_\_

X.15 Additional significant information on your past and present health:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

X.16 IN THE PAST MONTH, have you cut back (i.e. reduced) your usual activities or work because of your health condition? (a disease, injury, emotional reasons or alcohol or drug use)

☐ NO

☐ YES

If yes, how many days? \_\_\_\_\_

X.17 IN THE PAST MONTH, have you been totally unable to carry out your usual activities or work because of your health condition? (a disease, injury, emotional reasons or alcohol or drug use)

☐ NO

☐ YES

If yes, how many days? \_\_\_\_\_

*Appendix 2:*

**GENERAL QUESTIONS FOR PARTICIPATION & ACTIVITIES**

*The following probes are proposed as a guide to help the examiner when interviewing the respondent about problems in functioning and life activities, in terms of the distinction between capacity and performance. Take into account all personal information known about the respondent and ask any additional probes as necessary. Probes should be rephrased as open-ended questions if necessary to elicit greater information.*

*Under each domain there are two kinds of probes:*

*The first probe tries to get the respondent to focus on his or her capacity to do a task or action, and in particular to focus on limitations in capacity that are inherent or intrinsic features of the person themselves. These limitations should be direct manifestations of the respondent's health state, without the assistance. By assistance we mean the help of another person, or assistance provided by an adapted or specially designed tool or vehicle, or any form of environmental modification to a room, home, workplace and so on. The level of capacity should be judged relative to that normally expected of the person, or the person's capacity before they acquired their health condition.*

*The second probe focuses on the respondent's actual performance of a task or action in the person's actual situation or surroundings, and elicits information about the effects of environmental barriers or facilitators. It is important to emphasize that you are only interested in the extent of difficulty the respondent has in doing things, assuming that they want to do them. Not doing something is irrelevant if the person chooses not to do it.*

---

**I. Mobility**

**(Capacity)**

- (1) In your present state of health, how much difficulty do you have walking long distances (such as a kilometer or more) without assistance?
- (2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?
- (Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?")

**(Performance)**

- (1) In your present surroundings, how much of a problem do you actually have in walking long distances (such as a kilometer or more)?
- (2) Is this problem walking made worse, or better, by your actual surroundings?
- (3) Is your capacity to walk long distances without assistance more or less than what you actually do in your present surroundings?

## II. Self Care

### (Capacity)

- (1) In your present state of health, how much difficulty do you have washing yourself, without assistance?
- (2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?
- (Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?)

### (Performance)

- (1) In your own home, how much of a problem do you actually have washing yourself?
- (2) Is this problem made worse, or better, by the way your home is set up or the specially adapted tools you use?
- (3) Is your capacity to wash yourself without assistance more or less than what you actually do in your present surroundings?

## III. Domestic Life

### (Capacity)

- (1) In your present state of health, how much difficulty do you have cleaning the floor of your where you live, without assistance?
- (2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?
- (Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?)

### (Performance)

- (1) In your own home, how much of a problem do you actually have cleaning the floor?
- (2) Is this problem made worse, or better, by the way your home is set up or the specially adapted tools you use?
- (3) Is your capacity to clean your floor without assistance more or less than what you actually do in your present surroundings?

#### IV. Interpersonal Interactions

##### (Capacity)

- (1) In your present state of health, how much difficulty do you have making new friends, without assistance?
- (2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?
- (Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?)

##### (Performance)

- (1) In your present situation, how much of a problem do you actually have making friends?
- (2) Is this problem making friends made worse, or better, by anything (or anyone) in your surroundings?
- (3) Is your capacity to make friends, without assistance, more or less than what you actually do in your present surroundings?

#### V. Major Life Areas

##### (Capacity)

- (1) In your present state of health, how much difficulty do you have getting done all the work you need to do for your job, without assistance?
- (2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?
- (Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?)

##### (Performance)

- (1) In your present surroundings, how much of a problem do you actually have getting done all the work you need to do for your job?
- (2) Is this problem fulfilling your job requirements made worse, or better, by the way the work environment is set up or the specially adapted tools you use?
- (3) Is your capacity to do your job, without assistance, more or less than what you actually do in your present surroundings?



## VI. Community, Social and Civic Life

### (Capacity)

- (1) In your present state of health, how much difficulty do you have participating in community gatherings, festivals or other local events, without assistance?
- (2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?
- (Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?)

### (Performance)

- (1) In your community, how much of a problem do you actually have participating in community gatherings, festivals or other local events?
- (2) Is this problem made worse, or better, by the way your community is arranged or the specially adapted tools, vehicles or whatever you use?
- (3) Is your capacity to participate in community events, without assistance, more or less than what you actually do in your present surroundings?

*Appendix 3:*

**GUIDELINES FOR THE USE OF ICF CHECKLIST VERSION 2.1A**

- 1. This is a checklist of major categories of International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) of the World Health Organization . The ICF Checklist is a practical tool to elicit and record information on the functioning and disability of an individual. This information can be summarized for case records (for example, in clinical practice or social work).*
- 2. This version (2.1a) is for use by a clinician, health or social care professional.*
- 3. The checklist should be used along with the ICF full or short version which is scheduled for publication in September 2001. Until then the ICIDH-2 Final Draft, full version, WHO, 2001 will serve as reference document for the ICF checklist. The raters should familiarize themselves with the ICIDH-2 Final Draft by attending a brief educational programme or self-taught curriculum.*
- 4. All information from written records, primary respondent, other informants and direct observation can be used to fill in the checklist. Please record all sources of information used on the first page.*
- 5. Parts 1 to 3 should be filled in by writing the qualifier code against each of the function, structure, activity and participation term that shows some problem for the case being evaluated. Appropriate codes for the qualifiers are given on the relevant pages.*
- 6. Comments can be made regarding any information that can serve as the additional qualifier or that is thought to be significant for the case being evaluated.*
- 7. Part 4 (Environment) has both negative (barrier) and positive (facilitator) qualifier codes. For all positive qualifier codes, please use a plus (+) sign before the code.*
- 8. The categories given in the checklist have been selected from the ICF and are not exhaustive. If you need to use a category that you do not find listed here, use the space at the end of each dimension to record these.*